

Rehabilitering etter langvarig rusavhengighet: ”To liv i ett”: en kvalitativ studie om å bli rusfri

**Ragnhild Fugletveit
Trude Tonholm**

**Høgskolen i Østfold
Rapport 2010:3**

Online-versjon (pdf)

Utgivelsessted: Halden

Det må ikke kopieres fra rapporten i strid med åndsverkloven og fotografiloven eller i strid med avtaler om kopiering inngått med KOPINOR, interesseorgan for rettighetshavere til åndsverk.

Høgskolen i Østfold har en godkjenningsordning for publikasjoner som skal gis ut i Høgskolens Rapport- og Arbeidsrapportserier.

Rapporten kan bestilles ved
henvendelse til Høgskolen i Østfold.
(E-post: postmottak@hiof.no)

Høgskolen i Østfold. Rapport 2010:3
© Forfatterne/Høgskolen i Østfold
ISBN: 978-82-7825-302-1
ISSN: 1503-2612

Innhold

Forord	3
Sammendrag	5
1.0 Innledning	7
1.1 Bakgrunnen for studiet.....	7
1.2 Betydningen av flere perspektiver for å forstå	8
1.3 Bruken av rusmidler i det norske samfunn	9
2.0 Teoretiske inspirasjonskilder.....	13
2.1 Hva virker i terapi?	13
2.2 Om å nå bunnen	15
2.3 Hva er bedring?.....	18
2.4 Identitetsdanning og sosialisering.....	20
2.5: Ressurser og kapital	24
2.6 Oppsummering.....	26
3.0 Datagrunnlag	27
3.1 Utvelgelse av informanter.....	27
3.2 Ulike sosiale miljø	29
3.3 Beskrivelse av informantene.....	31
3.4 Forskning på et tabubelagt område?	33
3.5 Hvordan bruke dybdeintervju som utgangspunkt for å forstå endring av livsform?	34
3.6 Oppsummering.....	36
4.0 Informantenes forhold til rusmidler	37
4.1 Rus som ritual	37
4.2 Rusfrihet som en prosess	40
4.3 Rusen og de sosiale forventningene	41
4.4 Betydningen av andre mennesker og sosiale nettverk.....	43
4.5 Et individuelt prosjekt?	46
4.6: Hensynet til andre	49
4.7 Vendepunkt.....	51
4.8: Flere vendepunkt på veien ut av avhengigheten.....	53
4.9: Oppsummering.....	56
5.0: "Oss" og "de andre" – eller?	57
5.1: Sosiale forventninger som rusfri.....	57
5.2: Ensomhet	60
5.3: Kampen for å være rusfri	61
5.4: Gjeldsproblematikk.....	63
5.5: Status som rusfri - en endring av status- eller?.....	68
5.6 Nettverkets betydning	73
5.7: Det offentlige og profesjonelle hjelpere	75
5.8: Ressurser og kapitalformer	79

5.9 Oppsummering.....	84
6.0 Hvilken relevans har våre funn?.....	87
6.1 Fokus på individuell variasjon og sosiale faktorer	87
6.2 Bunnen er personlig - og kan endres	89
6.3 Bedring eller rehabilitering?	91
6.4 Identiteten som rusavhengig og sosialisering til et rusfritt liv.	95
6.5 Ressurser og kapital	98
6.6 Endring av livsform	102
6.7 Oppsummering.....	103
7.0 Litteraturliste	105

Forord

Denne rapporten bygger på den innsikten og forståelsen som våre informanter har gitt oss gjennom deres velvillighet til å stille opp til samtaler med oss. Informantene har på en innsiktsfull måte vist oss hvordan de har opplevd overgangen fra et liv med mye rus til et liv uten at dette ødelegger for livskvaliteten. Uten informantenes raushet til å ville la seg intervju av to ukjente personer om livets utfordringer hadde denne rapporten selvsagt aldri blitt publisert. Vi er ekstremt takknemlig for at dette lot seg gjennomføre i en hektisk hverdag. I vår streben etter å finne informanter som orket å la seg intervju har vi forstyrret dem i deres daglige ritualer. Vi har "ødelagt" noen familiemiddager, avspaseringsdager, fridager og arbeidsdager for våre informanter men vi håper at resultatet var verdt det. Tusen takk for bidragene!!

Mye av faglitteraturen og forskningen rundt rusavhengighet og bedring tar utgangspunkt i behandlingsmetodikk og i liten grad informantenes egne erfaringer. Vi har forsøkt å snu på dette i denne studien ved å fokusere på informantenes egne opplevelser og erfaringer som utgangspunkt til å forsøke å forstå hvordan det er mulig å endre livene. Vi mener at det ikke er nok å fremkalle en motivasjon hos den rusavhengige som alene skal motivere for så store endringer. Og dette henger sammen med vår overbevisning om at endring av livsform krever flere faktorer som må virke betydningsfullt for brukeren. Dette er et hovedpoeng for denne rapporten og vi vil utover i rapporten vise til flere funn og tidligere forskning som stryker en slik forståelse.

Så når våre kollegaer litt undrende så på oss der vi transkriberte side på side og diskuterte i time på time for å korrigere våre oppfatninger ville vi i retrospektiv ikke gjort noe av dette annerledes. Det har vært en stor styrke å være to, og i

nesten alle intervjuene var vi begge tilstede. Arbeidet med rapporten har vi fordelt likt mellom oss slik at begge har bidratt med lik innsats.

Fredrikstad 14. januar 2010

Ragnhild Fugletveit og Trude Tonholm

Sammendrag

Denne rapporten er basert på en dybdeintervjustudie av 8 informanternes erfaringer med å slutte å misbruke rusmidler. Studien har som intensjon å vise hvilke erfaringer denne brukergruppen har hatt i prosessen eller overgangen til et liv uten rusmisbruk eller avhengighet. I rapporten skiller vi ikke mellom misbruk og avhengighet ettersom informantene ikke vektlegger dette i deres beskrivelser av sin tidligere tilværelse.

Informantene består av 5 kvinner og 3 menn i alderen ca. 30-50 år. Deres tidligere ruserfaringer har vært ulike. Informantene oppgir å ha vært avhengige av eller misbrukt enten alkohol eller illegale rusmidler og ofte i en kombinasjon med hverandre.

I denne rapporten har vi vektlagt å lete etter informantenes beskrivelser og forståelser av prosessen som har ført til endring i livsform: fra rusavhengighet til rusfrihet. En viktig teoretisk tilknytning har vært å forstå denne endringen ut i fra samfunnsvitenskaplige perspektiver med hovedvekt på betydningen av *andre* og vendepunkt som utgangspunkt for overgangen til et liv uten misbruk eller avhengighet til rusmidler.

Studien tyder på at veien fra rusavhengighet til rusfri tilværelse i mindre grad handler om de ulike rusbehandlingsinstitusjonene men i større grad om å sosialiseres inn i et liv med andre forventninger til dem selv og samfunnet forøvrig.

1.0 Innledning

1.1 Bakgrunnen for studiet

I denne rapporten belyser vi betydningen av sosiale relasjoner i veien ut av et langvarig problematisk forhold til rusmidler. Alle informantene oppgir å ha hatt en langvarig rusavhengighet enten i form av legale rusmidler som alkohol, illegale som amfetamin og heroin, eller en blanding. Våre informanter har i ulik grad benyttet seg av profesjonell hjelp i veien ut av denne avhengigheten. En informant oppgir at første behandlingsopplegg resulterte i en rusfri tilværelse. Andre oppgir at de har brukt 20 år på å prøve å bli rusfri. Dette indikerer noe av den **kompleksiteten** som forbindes med å skulle endre livsformen så totalt som informantene våre beskriver i intervjuene. Det er viktig for oss og *ikke generalisere* fordi veiene ut og inn av rusavhengighet har vært ulike for våre informanter. I rekrutteringen av informanter har vi ikke tatt hensyn til hva slags eventuell behandling som har resultert i veien ut av rusavhengighet.

Denne studien omhandler overgangen fra et liv preget av rus til et sosialt akseptert liv uten rusavhengighet. Vi har intervjuet mennesker som etter langvarige rusproblemer i dag er rusfri. Hva de legger i rusfrihet varierer, men felles for alle er følelsen av at livet ikke styres av rus. Alle våre informanter er voksne mennesker mellom 30 og 50 år som har hatt problemer med rus fra tenåringsalderen. De har nå definert seg selv som rusfri i tre år eller mer, men hva de definerer som rusfrihet varierer, og vil bli drøftet nærmere. Det de har til felles er at de i dag lever et alminnelig sosialt akseptert liv med bolig og jobb eller studier.

Fokuset vårt har vært å finne ut hvordan det er mulig å forandre livet sitt så radikalt, siden dette oftest krever at man endrer atferd på svært mange områder samtidig. De fleste av informantene våre har vært involvert i kriminalitet i

tillegg til eller i forbindelse med rusproblemene, noe som utgjør en ekstra belastning i denne overgangen. Forholdet til venner og familie har oftest lidd under problemene, det samme har tilliten til hjelpeapparat og politi. Hvordan er det mulig å reparere disse forholdene og hvordan kan ulike instanser bidra i en slik prosess?

Andelen mennesker som kommer seg ut av såpass store problemer som vi her snakker kan være nokså liten, og utvalget vårt danner heller ikke grunnlag for å generalisere. Men kanskje kan disse menneskenes erfaringer likevel bidra med viktig kunnskap i et felt preget av mange mislykkete rehabiliteringsforsøk og mye håpløshet.

Vårt utgangspunkt for denne studien er å fokusere på hva som har vært viktig i prosessen fra et rusavhengig liv til et rusfritt liv. Og vår problemstilling gjennom studiet har vært å belyse hvilke faktorer som informantene mener har vært viktige i prosessen fra et rusavhengig liv til et rusfritt liv. Med rusfritt liv forstår vi i denne sammenheng som et ikke problematisk forhold til rusmidler. Dette betyr ikke at informantene i dag ikke bruker rusmidler. Enkelte av informantene er også koblet til legemiddelassistert behandling (LAR) som kan åpne opp for en debatt omkring begrepet rusfritt liv. Vi har i denne studien fokusert på informantenes egne vurderinger av hvorvidt de definerer seg som rusfrie. Et slikt utgangspunkt kan utfordre forståelsen av rusfri tilværelse men vi har valgt et slikt perspektiv på bakgrunn av informantenes definisjoner underveis.

1.2 Betydningen av flere perspektiver for å forstå

I vår rapport er vi ikke opptatt av å måle bedring i klinisk vurderinger som hvorvidt de er i mål med et program eller er ferdig med en bestemt type av behandling. Vi mener at dette faller utenfor vårt utgangspunkt for denne analysen. Men dette betyr ikke nødvendigvis at våre informanter nødvendigvis

delers en slik oppfatning. Flere av informantene er nettopp opptatt av at behandlingsideologien eller at metodikken har hatt stor betydning for deres endringsprosesser. De understreker imidlertid at dette ikke **alene** kan forklare vendepunktet og endring av livsform og opplevelse av bedring. En av informantene tydeliggjør dette på følgende måte:

”... Klarer jeg ikke å være nykter for meg selv klarer jeg ikke å være nykter for andre. Ja, jeg synes det bortkastet hvis de tar fra deg rusen og ikke gir deg noe i erstatning. Hvis du tar fra deg sjøl rusen og ikke gir deg selv noe annet som dekker over rusen da, kjærlighet til deg selv, at du klarer å ta vare på deg selv, at du skaffer deg et liv, ikke sant. Disse tingene er viktig og dersom du ikke har dette vil du før eller siden komme til å ruse deg igjen. Hvis jeg ikke har disse tingene på plass, hvis jeg ikke har rammer rundt meg, ikke er gald i meg selv, sønnen min, kollegaene mine, hvis jeg ikke er i kontakt med det jeg i dag kaller gud, da tror jeg at jeg sprekker før eller seinere, fordi når de tar fra deg rusen, jeg syntes mye med rusen var bra, det hjalp meg i mange, mange år, ikke sant...”

Informanten uttrykker at det er mange faktorer som har vært betydningsfulle i veien til bedring. Og det ene ikke kan utelukkes uten å belyse flere faktorer samtidig. Vi mener at det ikke er nok å fremkalle en motivasjon hos den rusavhengige som alene skal motivere for så store endringer. Og dette henger sammen med vår overbevisning om at endring av livsform krever flere faktorer som må virke betydningsfullt for brukeren. Dette er et hovedpoeng for denne rapporten og vi vil utover i rapporten vise til flere funn og tidligere forskning som stryker en slik forståelse. Vi mener at informantene uttrykker et tydelig signal om at endringen i deres liv først og fremst er en prosess som de selv har startet i samhandling med andre.

1.3 Bruken av rusmidler i det norske samfunn

Omfanget og bruk av rusmidler er i endring, både nasjonalt og også internasjonalt. Dette er spesielt koblet til ungdom og rusbruk. Vedøy og Skretting har gjort en studie av spørreskjemaundersøkelse av ungdom mellom 15 og 20 år for perioden 1968-2008 (Vedøy og Skretting 2009). Undersøkelsen viser at ungdommers bruk av alkohol steg frem fra midten av 1990- tallet frem til årtusenskifte. Etter årtusenskifte oppgir flere ungdommer mindre forbruk av alkohol. Undersøkelsen viser en jevn nedgang av ungdom som oppgir at de har vært tydelig beruset mer enn 50 ganger i livet (Vedøy og Skretting 2009).

Den samme tendensen viser seg når det gjelder Cannabis. Det er også her en klar nedgang etter årtusenskifte som oppgir at de har brukt Cannabis noen gang. Dette på tross av at mange oppgir at tilgjengeligheten og mulighetene til Cannabis er stor. Omtrent 1 av 3 ungdommer oppgir at de er blitt tilbudt Cannabis det siste året mens 2 av 3 sier de kunne skaffet Cannabis i løpet av 2-3 dager. Dette sier noe om at tilgjengeligheten til å skaffe Cannabis er god samtidig med at bruken har avtatt etter årtusensskifte blant unge mellom 15 og 20 år. Den samme tendensen viser seg for samme aldersgruppe når det gjelder andre narkotiske rusmidler som blant annet amfetamin (Vedøy og Skretting 2009). Det er også en relativ god tilgjengelighet i vårt samfunn når det gjelder tilgang til alkohol.

Antall skjenkesteder har tredoblet seg i Oslo fra perioden 1980 frem til 2000 tallet. Den økte tilgjengeligheten ser foreløpig ikke ut til å berøre de yngste aldersgruppene. De oppgir i hvert fall mindre bruk i de nevnte undersøkelsene. Det er interessant at unge viser lavere bruk av rusmidler i en samtid hvor tilgjengeligheten er stor og omfattende. Vi vet foreløpig lite om hvorfor men vi vet at denne tendensen også er reel på et europeisk nivå (Skretting og Vedøy 2009).

En annen interessant tendens som er verdt å merke seg er at bruken av illegal rusmidler øker i eldre aldersgrupper. Dette er et tydelig mønster i undersøkelse til Skretting og Vedøy i 2009. Undersøkelsesgrunnlaget baserer seg på en sammenligning mellom flere aldersgruppers forhold til amfetamin, kokain og Ecstasy. Undersøkelsen viser at andelen unge voksne mellom 21 og 30 år som har prøvd kokain har økt fra 3 prosent i 1998 til 9 prosent 2006. Altså en tredobling av antall respondenter som i aldersgruppen 21-30 år oppgir å ha brukt kokain noen gang i 2006 sammenlignet med 1998 (ibid). Det også en økning av andelen som oppgir å ha brukt amfetamin noen gang i samme aldersgruppe i samme periode. Andelen har økt fra 5 til 10 prosent i samme tidsrom. Når det gjelder bruk de siste 6 månedene er tallene stabile for begge rusmidlene sammenlignet med begge tidsrommene.

Både Fekjær (2009) og Pedersen (2006) understreker at rekrutteringsgrunnlaget til illegalt rusbruk foregår gjennom bruken av alkohol. Dette poenget er lite synlig i vårt hverdagsliv hvor alkoholen har en markert plass, både som en sosialiseringsfaktor og et symbolsk ritual. I følge Sirius sine befolkningsundersøkelser oppgir 87 % at de har drukket alkohol siste år. Dette kan indikere at mange i den norske befolkningen drikker alkohol. Det er selvsagt ulike mengder og anledninger som denne undersøkelsen ikke tar høyde for (Rusmidler i Norge 2008). Vi antar likevel at det kan være en utfordring å være avholden til alkoholbruk i dagens samfunn ettersom forventningene til å drikke alkohol kan oppleves som sterke.

Tre undersøkelser kan illustrere endringene i folk oppfatninger av hva som er alkoholmisbruk (Paulsen 1968 og Arner 1993, Nordlund 2006). Studiene er gjort i tre ulike tidsrom men med omtrent samme antall respondenter (Nordlund 2006). Studiene tok utgangspunkt i et spørreskjema med 18 utsagn som beskrev

ulike måte å drikke alkohol på og respondentene ble bedt om vurdere utsagnene som misbruk av alkohol eller ikke.

Studiene viser at respondentene i 1989 generelt sett definerte færre av utsagnene som misbruk enn i 1964. Dette kom tydelig til uttrykk i utsagnet: *"Drikker et par ganger i måneden sammen med venner og blir nokså beruset"*. I 1964 mente 80 % av respondentene at utsagnet karakteriserte misbruk av alkohol. I 1989 var denne andelen som mente at utsagnet skulle forstås som misbruk, redusert til 45 %. I 2006 var denne andelen redusert til 33 % (Nordlund 2006). Undersøkelsene sier noe om en økt grad av aksept for et høyt alkoholnivå to ganger i måneden, når påstanden sammenlignes over tid. Likevel viser den siste undersøkelsen at respondentene skiller seg i besvarelsene når vi hensyn til faktorer som: alder, kjønn og utdanning. Interessant i denne sammenheng er at kvinner er strengere enn menn med å kategorisere påstanden som misbruk av alkohol. Flere kvinner enn menn mente at påstanden var misbruk. Videre viste det seg at den yngste og den eldste alderskategorien var mest enige i at dette var misbruk (Nordlund 2006). Dette sier noe om at befolkningen som helhet ikke nødvendigvis har et liberalt syn på drikkemengde og hyppighet. Undersøkelsen viste også en sammenheng mellom utdanningsnivå og vurderingen. I all enkelthet viser undersøkelsen at de med lavest utdanning oppfattet i større grad enn dem med høyere utdanning at påstanden kvalifiserte til misbruk av alkohol (Nordlund 2006). Blant våre informanter merket vi en del ytre press og forventninger koblet til alkohol i ulike settinger som til dels kunne være utfordrende.

2.0 Teoretiske inspirasjonskilder

I dette kapitlet vil vi presentere de teoretiske inspirasjonskildene som har vært sentrale i arbeidet med å systematisere og analysere datagrunnlaget vårt. Utgangspunkt for studien har vært å belyse bedringspotensialet til tidligere rusavhengige ut i fra et samfunnsvitenskaplig perspektiv, og vårt anliggende er først og fremst å vise hvordan veien ut av rusavhengighet er en prosess som består av flere faktorer som er både bevisste og ubevisste for informantene. Selv om denne rapporten har hovedfokus på presentasjon og analyse av empiriske data er det også viktig å koble dette til teoretiske inspirasjonskilder.

Dette kapitlet gir derfor en kort presentasjon av vår faglige forståelse av hvordan mennesker mestrer å endre sin livsform. Vi har fokusert på teorier knyttet til begrepene rusavhengighet, endring, bedring, *"Rock Bottom"*, vendepunkt, identitet, sosialisering og kapitalformer. Dette er begreper som informantene har beskrevet for oss i intervjuene. Noen ganger brukte de begrepet direkte og da snakket vi med dem om hva de la i det. Andre ganger ga de oss beskrivelser med andre ord, men der vi mener å kunne tolke det som om det kan kobles til disse teoriene. Vi starter kapitlet med å presentere en modell basert på samlet forskning gjennom 40 år på hva som virker i terapi. Denne danner grunnlag for hvorfor vi i det videre er lite opptatt av behandlingsmetode men heller fokuserer på relasjonelle, individuelle og sosiale faktorer i bedringsprosessen.

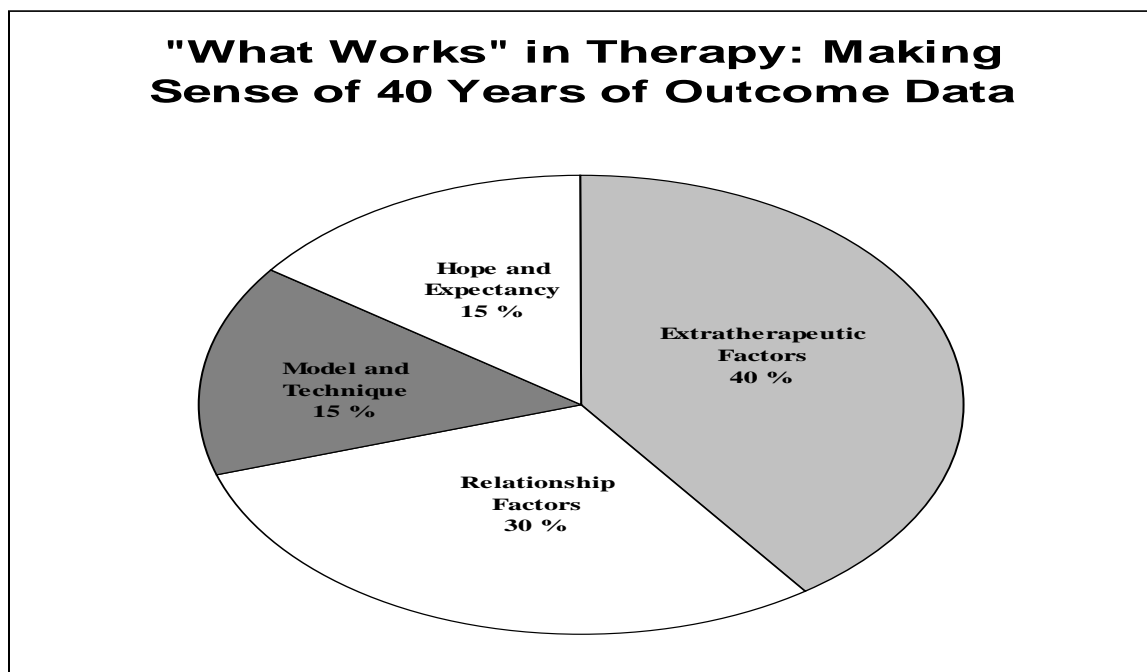
2.1 Hva virker i terapi?

Vårt utgangspunkt for denne studien har som nevnt tidligere vært at bedring av rusavhengighet neppe kan tilskrives en enkel faktor som for eksempel biologi,

psykologi eller sosiale forhold alene. Flere perspektiver må undersøkes for å få frem et mer helhetlig bilde av hva som hjelper i en slik prosess. Det har vært viktig for oss å forsøke å belyse flere forhold som kan virke inn på prosessen ettersom vi mener at dette er viktig å få belyst. Faren med å belyse bare en faktor eller perspektiv er at man overforenkler en prosess som krever tid og flere alternative forståelser av hva som hjelper.

Faktorene virker gjerne ikke samtidig men er gjerne viktige brikker som kommer og går underveis i bedringsprosessen. Og i denne sammenheng er vi altså kritisk til perspektiver som utelukkende handler om metodikk. (Hubble, Duncan, Miller 1999) viser til 40 års forskning på hva som hjelper og nedenfor er de viktigste faktorene inndelt i følgende figur:

Figur 1:



(Hubble, Duncan, Miller 1999)

Modellen ovenfor viser at etter 40 års forskning på hva som hjelper er det ressursene som klienten bringer med seg som: utholdenhet, åpenhet, tillit, optimisme, støtte fra andre (en viktig annen), som er det avgjørende for bedring

og endring av livsform. Dette utgjør 40 % av faktorene. Altså er det helt avgjørende for resultatet for den enkelte i hva som finnes i klientens liv før han møter til terapien.

De relasjonelle faktorene utgjør i denne sammenheng 30 %. Relasjonelle faktorer må i denne sammenheng forstås som oppfatninger av relasjonen og alliansen til terapeuten, basert på enighet om mål og oppgaver i endringsarbeidet. Det at klienten vurderer alliansen som positiv er den beste indikatoren på at resultatet av endringsarbeidet kommer til å bli vellykket og er viktigere enn diagnosen, metoden og terapeuten (Hubble, Duncan, Miller 1999)

Videre viser det seg at forventningene og placebo effektene utgjør 15 % i denne sammenheng. Altså klientenes forventninger til å få hjelp. Samme omfang har metoden eller teknikken som ligger til grunn for terapien i endringsarbeidet. Ut i fra denne modellen synes metode og forventningene underordnet det faktum at klientenes egen situasjon *før* inngåelse i den terapeutiske alliansen.

2.2 Om å nå bunnen

I studier av hvorfor rusavhengige endrer livene sine blir *"the rock bottom"* ofte brukt som begrep for å illustrere denne endringen. Vendepunktsforskning som det ofte blir oversatt til i nordiske analyser har vært sentralt perspektiv spesielt innen studier av psykiske lidelser (Topor m flere 2002). Vi ønsker i denne sammenheng å bruke begrepet ut i fra forskning som er gjort på rusavhengige hvor forståelsen kan belyses ut i fra flere forståelser som en eksistensiell endring av livsform eller som en konsekvens av flere negative erfaringer med rusmisbruk (Kristiansen 2000). Vår bruk av begrepet er hentet fra Brill et al. sitt studie av amerikanske heroinmisbrukere (Brill et al.1972).

Brill et al. (1972, s:298) beskriver begrepet på følgende måte:

... "The case history respondents also indicated that they had grown tired of the drug life, but one further dimension emerged. Many of them actually felt that they had hit an especially low point in their lives. We feel that this point, which we shall term "rock bottom", was a very important push to impel many of our respondents to seek help"...

Forståelsen blir ofte satt i sammenheng med de negative konsekvensene som skal til for å forlate en rusavhengig tilværelse. Begrepet kan i følge Brill et al. (1972) beskrives som en eksistensiell krise, der individet opplever seg selv på et personlig bunn- nivå og dermed innser at man må endre livsformen. Grensene for *"the rock bottom"* er individuelt og kan dermed ikke generaliseres til alle rusavhengige. Det er også viktig å legge til at dette begrepet ikke må kobles til alder eller andre indikatorer som kan bidra til endring i livsform.

Enkelte forskere har vært opptatt av å fokusere på alder som en viktig variabel for å slutte med skadelig eller problematisk inntak av rusmidler. Wicnick m. flere har i deres analyser har alder en sammenheng med økt modenhet og innsikt som viktige elementer til å beslutte å endre sin livsform (Kristiansen 2000). Kritikken til denne type studier har vært at man forutsetter at økt alder skaper en modenhet som resulterer i endring av problematisk atferd. Vi har ingen forutsetninger for å kunne finne slike tolkninger av vårt materiale.

"The rock bottom" beskrivelsen som vi velger å bruke er snarere et uttrykk for en tilstand av erkjennelse som den rusavhengige erkjenner bevisst eller ubevisst etter en tid som rusavhengig. Denne erkjennelsen er ikke koblet til alder eller modenhet. Hvorvidt alle rusavhengige kommer til en slik erkjennelse en eller flere ganger i livet er ikke en del av diskusjonen i vår analyse men snarere er begrepet interessant som en metafor for beskrivelsen av ønsket om å endre sin

livsform. Våre informanter uttrykker også en opplevelse av en krise i sitt avhengighetsforhold. Dette oppleves på individuelle måter som ikke kan generaliseres til gruppe eller samfunnsnivå. En av informantene uttrykker seg på følgende måte:

... ”Slik som jeg ser det er krisen den eneste løsningen. Jeg sprakk igjen på tross av at jeg hadde lovet å slutte å drikke. Men det opplevdes på et vis som positivt fordi det gjorde meg mottakelig for behandling. Den moralske synden og skammen gjorde at jeg ikke skjønnte alvorret...”

Her beskriver informanten at krisen førte til endring av livsformen. Uten den eksistensielle krisen i rusavhengigheten, så ville ikke informanten hatt mot til å endre sin livsform. Og på tross av flere forsøk på å endre livsformen alene uten profesjonelt hjelp var informanten bevisst på at denne livsformen måtte endres. Informanten er svært overbevisende i sin opplevelse av å ha nådd en krise i livet som endret hele forståelsen av forholdet til rusmidler.

Det kan se ut som om konsekvensene av rusbruken må bli tydelige før man virkelig ønsker å slutte. Mange snakker om flere forsøk på å slutte, men på et eller annet tidspunkt befinner de seg på et sted der veien videre framstår som et stup. Da må et eller annet endres. Konsekvensene kan være enten fysiske, psykiske eller sosiale, men ofte kombinasjoner av flere av disse. Vår tolkning er likevel at individet selv opplever at bunnen er nådd. Men kanskje kan man nå den ”bunnen” flere ganger? Det er ikke sikkert at det er noen klar bevissthet rundt hvor bunnen er, og kanskje kan dette flytte seg i løpet av livet. Dersom man som ung opplevde at ”dette er bunnen - nå må jeg komme meg opp” for deretter å rase utfor på ny og nå en ny bunn – enda lengre nede, så blir veien opp bare lenger og lenger.

Kanskje er ”rock bottom” sett i retrospektiv perspektiv, som vi gjør her, bare så langt ned informantene kom før de greide å snu. Uansett må dette betraktes som

en beskrivelse av opplevelsen hver enkelt hadde, og sånn sett tenker vi at begrepet gir mening i teoretisk forstand. Det illustrerer i det minste at det blir umulig for utenforstående å vurdere om en annen har nådd bunnen, siden dette både avhenger av hva individet opplever som sin personlige bunn, og denne i tillegg kan flytte seg ettersom tiden går.

2.3 Hva er bedring?

Faglitteraturen har i flere tiår konsentrert seg om hva som fører til endring av rusatferd, så dette er ikke et nytt område. Mye av litteraturen tar for seg ulike modellforståelser av en endringsprosess og rusbehandlingsinstitusjonene er sentrale talerør for behovet for en metode som kan hjelpe brukerne til å få et bedre liv uten skadelig rus. Vårt utgangspunkt har ikke vært å fokusere på informantenes behandlingserfaringer på et institusjonelt nivå. Dette er viktig å understreke. Vi har ingen intensjon om å skape en ny metodikk på bakgrunn av våre analyser av informantene. Vårt anliggende er i stedet å analysere informantene i lys av deres måter å endre livene deres på. Og dette er et viktig poeng når vi i vårt arbeid har vært opptatt av å problematisere hva bedring er og hvordan våre informanter har erfart dette i forhold til deres tidligere rusbruk.

Bedring er et begrep som kan oppfattes relativt abstrakt. I dette ligger det en antakelse om at begrepet har mange nivå og forståelsesmåter. I vårt arbeid har vi vært opptatt av bedring som et viktig fokus og vi antar at dette har vært et viktig fokus for våre informanter i deres streben etter å endre deres livsform som rusavhengige. Vår inspirasjon til å belyse dette perspektivet har vært Alain Topor som i 2001 publiserte en doktoravhandling i Sverige om bedringsprosesser etter alvorlige psykiske problemer (Topor 2001). På norsk utkom boken: *Hva hjelper? Veier til bedring fra alvorlige psykiske problemer* i 2006 og er basert på hans doktoravhandling om bedringsprosesser innen psykisk

helsearbeid. Hans utgangspunkt har vært å belyse hva som hjelper mennesker med alvorlige psykiske problemer (Topor 2006). Topor som er utdannet psykolog har vært opptatt av å belyse bedringsperspektivet i behandling av psykisk syke. Topor er opptatt av å skille bedringsbegrepet fra rehabilitering og helbredelse ut i fra tre avgjørende måter. For det første handler det om at bedring er en følge av et arbeid som individet gjør selv, i samarbeid med andre. I et slikt perspektiv er det brukerens aktive medvirkning som blir avgjørende (Topor 2003). I vårt materiale har vi utelukkende valgt å belyse brukerens erfaringer i innsatsen for å bli kvitt et belastende rusproblem.

Videre fokuserer vi på samme måte som Topor på viktigheten av å se hele mennesket i en sammenheng. Tradisjonelt sett har behandling handlet mye om helbredelse og rehabilitering, hvor symptomer og de utilstrekkelige funksjonene er i fokus. I vår analyse dreier bedring seg ikke nødvendigvis om å være symptomfri. Våre informanter kan fremdeles slite med angsten for og ruse seg problematisk igjen. Dette er nok en redsel som de fleste av oss som har endret noe i våre liv kan kjenne på en gang innimellom. Det som har vært viktig for oss i denne studien er at trangten til rus ikke styrer deres liv lengre. I denne sammenheng kan som nevnt i innledningen (side 4 i denne rapporten) legemiddelassistert rehabilitering være et problematisk område. Er man rusfri dersom man mottar en slik tjeneste? Da vi spurte våre informanter om dette hadde de en klar oppfatning om at de ikke definerte seg som rusavhengige men de var likevel klar over at det eksisterer ulike oppfatninger av dette i samfunnet generelt og i deres omgivelser. Vi hevder i denne sammenheng at informantene befinner seg innenfor denne forståelsesrammen, på tross av fortsatt bindinger til hjelpeapparatet.

Et siste moment som skiller bedring fra helbredelse og rehabilitering er makten over eget liv. Bedring inkluderer makten til å kunne bestemme over eget liv.

Dette har som vi har nevnt tidligere i rapporten vært viktig for oss når vi har rekruttert våre informanter. Informantenes relasjoner til andre som for eksempel: behandlingsmetode, sosialtjeneste eller andre hjelpeprofesjoner er mer begrenset enn tilfellet har vært tidligere for mange av dem. Våre informanter er i dag i liten grad avhengig av profesjonelle hjelpere i deres hverdag og dette mener vi at kvalifiserer dem til vår forståelse av bedringsbegrepet.

2.4 Identitetsdanning og sosialisering

I vårt arbeid har vi blitt inspirert av forskere som er opptatt av bedring i menneskers liv. Innenfor dette området er det mange forskere og dermed mange forsøk på å gi en forståelse av hva dette innebærer for den enkelte og samfunnet. Vårt teoretiske utgangspunkt har vært inspirert av Mead sin forståelse og konstruksjon av selvet (Mead 1934). I flere av intervjuene mener vi å finne igjen en identitetsdanning som stemmer godt overens med Meads konstruksjon av "Selvet". Han beskriver prosessen i to stadier, det første stadiet består i individets selv konstituert av organisering av spesifikke holdninger fra andre individer mot seg selv og mot hverandre i de spesifikke sosiale handlingene der de samhandler.

I det andre stadiet overføres disse holdningen til å gjelde hele den sosiale gruppen individet tilhører. Disse sosiale - eller gruppeholdningene inngår som elementer i individets konstituering av seg selv. (Mead 1934:158) Videre skriver han at barn ennå ikke har en definert karakter og at man derfor ikke kan predikere deres atferd på bakgrunn av tidligere atferd på samme måte som voksne. (IBID 1934:159) Spørsmålet er om dette i større grad enn tidligere antatt også bør gjelde voksne? Vi forventer en viss konsistens i atferden mennesker utviser og denne forutsigbarheten gir trygghet og gjør det vanskelig å handle på tvers av de forventningene man selv og andre har.

Kritikken av det sosiologiske identitetsbegrepet har vært at dette er for fastlåst og deterministisk i sin forklaring av mennesker og grupper. Denne kritikken slutter vi oss til men mener likevel at Mead sin forståelse av identitet som noe som foregår både utenfor og på innsiden av mennesket er viktig også når i sammenhenger hvor mennesket endrer sin livsform. Dette mener vi ikke kun skjer kognitivt hos individet, man er også omgitt av et samfunn som legger viktig føringer for hvorvidt man lykkes eller ikke. Og samfunnet blir i denne rapporten representert ved informantenes sosiale omgivelser.

Vi ser til en viss grad at det som er vanskelig for våre informanter ikke først og fremst er å slutte og ruse seg, men å bryte med identiteten som rusmisbruker. I denne sammenhengen er det både synet på seg selv og samfunnets syn på individet som er med på å opprettholde identiteten som ”narkoman” eller ”alkoholiker”. Sosialisering er noe som skjer gjennom hele livet, og enhver stor endring i et menneskes liv følges av en tilhørende resosialisering. Dette gjelder så vel flytting som skifte av jobb eller skilsmisser. Derfor virker det logisk at overgangen fra rusmisbruk til rusfrihet også innebærer en sosialiseringsprosess. Vi har senere koblet dette til begrepene resosialisering og desosialisering, et analytisk grep som skiller prosessen hos de informantene der rusbruken ødela for en sosialisering inn i et alminnelig voksenliv og de som har hatt et velfungerende voksenliv før rusen overtok.

En annen vanlig måte å dele inn sosialisering på er i primær og sekundær sosialisering. Det er litt ulikt hvordan man alderfester dette skillet, men hovedpoenget er at primærsosialiseringen er den første sosialiseringen som foregår i barnets nærmiljø i småbarnsårene mens sekundærsosialiseringen er det som følger etter denne og som foregår gjennom hele livet. (Berger & Luckmann 2000). Dette kan kobles til Meads teori, selv om han opererer med tre stadier. Det første er fram til ca 5 år og innebærer den grunnleggende etablering av

'jeget' ('I'). Det andre stadiet varer frem til ca 8-9 år med etableringen av den generaliserte andre og dermed 'meg'et' ('me'), før den videre sosialiseringen fortsetter livet ut.

Det som skiller Mead fra en del andre teoretikere er at han ikke ser verken jeg'et eller meg'et som statiske. Meads 'jeg' er spontant og innebærer frihet og initiativ. Grunnen til at vi velger å bruke Meads teori som utgangspunkt for vår fortolkning av sosialiseringsprosesser er at andre teorier om primær- og sekundærsosialisering ofte knyttes til en etablering av personlighetstrekk som varer livet ut. Det kan sikkert være riktig at en mangelfull eller feil primærsosialisering er svært skadelig for barnet, det er vi ikke i tvil om. Men for voksne som har en slik barndomshistorie der omstendighetene har vært langt fra tilfredsstillende for en trygg personlighetsutvikling kan det muligens føles deterministisk å si at deres grunnleggende personlighetstrekk ikke kan forandres.

Vi mener derfor det er fornuftig å se på sosialiseringsprosessen som kontinuerlig, der ulike "stadier" nok eksisterer men uten at noe er uforanderlig. Vi velger derfor å se personlighet som noe påvirkelig og forandelig livet gjennom. Dette mener vi også fremkommer hos Mead allerede i "The Social Self" (Mead 1913, 1981) hvor han skriver at selv om konflikten er sosial, burde ikke dette utvikle seg til en konflikt mellom ulike 'selv', men til slike rekonstruksjoner av situasjonen at annerledes og forstørrede og mer adekvate personligheter kan oppstå. (fritt oversatt fra Mead 1913, 1981:148). Mead kobler moralsk utvikling til vår evne til å gå utover gamle verdier og gamle selv, for å integrere nye verdier inn i vår personlighet når nye situasjoner krever det. Mead utviklet ingen etikk som sådan, men måten han kobler utviklingen av selvet og personlighet til moralske verdier og generaliserte andre har vært nyttig i vår fortolkning av bedringsbegrepet og endringen fra rusavhengig til rusfri. Det at både sosial rolle og personlighet er forandelige og kan utvikles stemmer godt

overens med endring, fordi det gir mulighet for en forvandling der man ikke må ta med seg "rusavhengighetsrollen" resten av livet, men kan forlate denne og leve et alminnelig sosialt akseptert liv.

Et paradoks er at man uten videre aksepterer bruken av begrepet endret personlighet i negativ forstand, altså når man omtaler mennesker som har endret seg i en uønsket retning. Det kan eksempelvis være i forbindelse med sykdom eller traumer, der det registreres at vedkommende "endret personlighet de siste månedene". Vi mener derfor det er like naturlig å kunne endre personlighet i positiv retning, altså mot noe som fungerer bedre. Hele problemet ligger vel egentlig et helt annet sted, nemlig i hva "personlighet" egentlig er. Det er jo ikke en konkret størrelse som lett kan måles. Likevel brukes begrepet i mange sammenhenger, og betyr vel litt ulike ting ettersom hvem man snakker om og med. Vi går ikke videre inn på denne debatten, men konstaterer bare at det i behandlings- eller rehabiliteringssammenheng kan være uheldig for klienten å få en oppfattelse av at mangelfull sosialisering i tidlige barneår determinerer en skadet personlighet for resten av livet slik at det ikke er håp for bedring.

Et helt annet, men viktig argument for dette valget, er at teoriene om primærsosialisering ofte knytter dette til spesifikke personer og omgivelser, og da ofte basert på en idé om alle barn tilbringer sine første leveår i én familie med ett nærmiljø. Slik er det jo ikke nødvendigvis; mange barn opplever både flere flyttinger og ulike omsorgsgivere. Dette kan skyldes endringer i familiestruktur, opphold i fosterhjem, ulike barnehager eller skifte av personale i barnehagen osv. Dette gjelder ikke bare i våre dager, men har også vært vanlig langt tilbake i tid, med bruk av ulike barnepassordninger. For de fleste barn vil nok mor og far være viktige i de første leveårene, med innslag av annen familie og en fast barnepassordning. Men dersom man setter dette som et slags kriterium for en vellykket primærsosialisering vil mange falle utenfor.

Det vi velger å forholde oss til er derfor Meads teori om etableringen av "den generaliserte andre". Dette knytter vi til ideen om at man har en forståelse av hva "verden" forventer av oss og at dette igjen kan knyttes til de normene og verdiene vi forholder oss til. Vi vil i det følgende ha som utgangspunkt at denne generaliserte andre vil endre seg i tråd med at man skifter miljø, status og egne verdier. I denne prosessen har "signifikante andre" en viktig rolle som mentor eller veileder i sosialiseringen. Det gjelder så vel i re- og desosialiseringsprosesser i voksen alder som i den første sosialiseringen i barneårene.

2.5: Ressurser og kapital

Det er vanlig å omtale rusavhengige som en ressurs svak gruppe. Ofte ser nok samfunnet på dette som mennesker med liten evne til å løse egne problemer og lite sosial kapital. Dette henger nok sammen med vår den alminnelige oppfatningen av hvilke ressurser og ferdigheter som skal verdsettes. Dersom man legger til grunn de normene og verdiene som gjelder i majoritetssamfunnet vil nok mange rusavhengige framstå som tapere. Det betyr ikke at de ikke har lyktes på noen punkter i livet, men samfunnet har nok en oppfatning av hvordan livet skal leves som i liten grad stemmer overens med det livet disse menneskene lever. Normen er jo at man skal tjene penger ved å jobbe, man skal ha et godt forhold til familien sin, man skal ha partner og barn og behandle disse pent og man skal opptre på en sosialt akseptert måte i alle sammenhenger og så videre. Dersom disse normene brytes er det lett å definere personen som svak eller mislykket. Her mener vi begrepet "gatekapital" hentet fra Pedersen og Sandberg er svært nyttig. (Sandberg & Pedersen 2007). Dette begrepet bygger videre på Bourdieus kapitalbegreper, og uten å gå nærmere inn på det her handler det om å se "kapital" som noe mer enn bare penger eller andre konkrete

størrelser. "Gatekapital" kan defineres som "kunnskap, kompetanse, ferdigheter, egenskaper og objekter som tilkjennes verdi i gatekulturen" (Sandberg & Pedersen 2007:83).

Dette mener vi ofte underkjennes i arbeidet med tidligere rusavhengige. De besitter ofte kunnskaper og ferdigheter som i langt større grad kan utnyttes i deres egen rehabiliteringsprosess, forutsatt at denne anerkjennes og utvikles til mer sosialt akseptert "kapital". I tilknytning til dette mener vi også begrepet ressurssvak bør sees i nytt lys, for hva er egentlig "ressurser"? Kanskje kan man se på ressurser som egenskaper ved individet som gjør det i stand til å klare seg. Men dette er ikke løsrevet fra omstendighetene rundt individet, ofte har man ressurser fordi man har tilgang på økonomiske, sosiale eller nettverksbaserte reserver. Når forholdene rundt ligger til rette for det framstår man som ressurssterk, kombinert med at man evner å utnytte disse mulighetene. Men i ukjente situasjoner der man ikke kjenner normene eller har innarbeidede løsninger er det ikke så lett å vise denne styrken. Satt i en ny og vanskelig situasjon vil de fleste vise svakhet. Derfor vil det kanskje være sånn at på NAV-kontoret er saksbehandleren i trygge omgivelser og framstår sterk og vellykket mens den rusavhengige som søker hjelp framstår svak og mislykket. Endrer vi omgivelsene og setter begge ut på gata midtvinters uten penger i en fremmed by er det ikke sikkert styrkeforholdet er det samme.

Kanskje vil den rusavhengiges "gatekapital" her gi større tilgang på løsninger enn saksbehandleren, som i en slik situasjon kunne framstå både svak og mislykket. Dette avhenger både av person og situasjon, men poenget er at bruken av begrepet ressurssvak bør sees i lys av omstendighetene rundt personen og ikke bare som en egenskap i personen selv. Kapitalbegrepet bør på samme måte sees som noe man har mer eller mindre av i lys av hvilket behov dette skal fylle og ikke kun baseres på majoritetskulturens definisjoner.

2.6 Oppsummering

Vårt teoretiske utgangspunkt for denne studien handler mest om rusavhengighet, endring, bedring, "Rock Bottom", vendepunkt, identitet, sosialisering og kapitalformer. Disse begrepene har til dels ligget i bakgrunnen fra starten av, særlig gjelder det begrepet "bedring" slik dette framkommer hos Topor. Identitet var vi også opptatt av hele tiden, men vi hadde ingen bestemt teoretisk tilknytning før hadde gjennomført intervjuene. I intervjuprosessen ble det tydelig for oss hva som var viktig for informantene, og gjennom analysen av dette materialet kom vi fram til at sosialisering, ressurser og kapital var nyttige teoretiske referansepunkter for å forstå den bedringsprosessen som informantene beskriver. Mot slutten av studien diskuterte vi sterkt begrepet bedring som utgangspunkt og særlig hvordan dette skiller seg fra rehabilitering. Vi vil i det siste kapittelet drøfte både dette og de andre teoriene vi har nevnt her i lys av våre empiriske funn.

3.0 Datagrunnlag

I dette kapittelet vil vi fokusere på hvilke valg vi har gjort i forhold til datagrunnlaget for vårt studie. Vi vil beskrive hva slags utvalg vi har valgt med hensyn til kjønn og alder. Og i kapittelet vil beskrive fremgangsmåten til hvordan vi kom i kontakt med våre informanter.

3.1 Utvelgelse av informanter

Denne studien baserer seg på kvalitative intervjuer med åtte informanter. I vår jakt på informanter har vi benyttet flere metoder for å komme i kontakt. Vi startet rekrutteringen gjennom å henvende oss til ulike brukerorganisasjoner i rusfeltet. Ettersom vi ønsket å belyse fenomenet bedring ut fra flere perspektiver var det viktig for oss å rekruttere informanter med ulike ruserfaringer, behandlingserfaringer, alder, kjønn og livssituasjoner. Vi sendte ut en forespørsel til flere interesseorganisasjoner og behandlingssteder som kunne tenkes å ha kontakt med tidligere rusavhengige. Der etterlyste vi mennesker med ”langvarig rusproblematikk men som nå hadde vært rusfri i minimum tre år”. Responsen var god, og mange var positive, men ikke alle henvendelsene førte til noe mer. Vi tok kontakt et par, tre ganger men dersom det da ikke kom noe konkret ut av det lot vi det bare være. Vi ønsket ikke å mase dersom ikke de hadde noen som ønsket å stille opp. I stedet fulgte vi opp de informantene vi fikk kontakt med og gjennom disse kom vi også i kontakt med flere, såkalt ”snøballmetode”. Vi fant også noen informanter i vårt utvidede nettverk etter hvert som andre hørte om prosjektet og hva vi lette etter. At vi stoppet med disse åtte er delvis en følelse av at vi nådde et ”metningspunkt” der mye går igjen og mengden ny informasjon ikke lenger er så stor i de siste intervjuene. Delvis handler det også om kapasitet og ressurser, materialet skal analyseres og formidles ut innenfor en viss tid.

Når det gjelder vår betegnelse "rusmisbrukere" var dette et begrep vi brukte i rekrutteringsprosessen og derfor en betegnelse alle informantene har kjent seg igjen i. Under intervjuene varierte det hvilken identitet de satte på sitt tidligere liv; mange beskrev seg selv som "narkoman", noen som "alkoholiker" eller "alkis", eller bare "misbruker". Betegnelser som "da jeg rusa meg" var også vanlig. Som motsetning til dette definerte de seg altså nå som "rusfri". Vi drøfter også dette vider i rapporten, men det viktigste for oss i rekrutteringsprosessen var at de selv betegnet seg som rusfri. Det er derfor hele tiden informantenes egen oppfatning av disse begrepene som ligger til grunn, men dette var heller ikke noe vi hadde problemer med å være enige i sett ut fra informasjonen som kom fram i intervjuene. Vi har hele tiden vært opptatt av at tidligere rusavhengige personer ikke skulle defineres utelukkende ut i fra mengder, inntak og hvilke rusmidler de brukte, derfor har det heller ikke vært viktig for oss om informantene våre har en definert medisinsk diagnose som avhengighet, jmf. International classification of Diseases: ICD 10. Et diagnoseskjema som er utarbeidet av Verdens helseorganisasjon og brukes i den medisinske diagnostiseringen av skadelig bruk og avhengighet til rusmidler (Fekjær 2009). Noen av informantene er i medikamentassistert behandling, som LAR. Det kan diskuteres i hvilken grad denne behandlingsgruppen kan kategoriseres som "rusfri" ettersom de daglig inntar medisiner som kan misbrukes og kan oppfattes som avhengighets skapende rusmidler. Ingen av informantene reagerte derimot på vår forespørsel om å delta i et forskningsprosjekt som i utgangspunktet hadde som formål å samtale om erfaringer med å endre livsform. Dette kan indikere at informantene kjenner seg igjen i tidligere - avhengighet rollen.

Vi har i den videre analyse som nevnt tidligere ikke tatt hensyn til denne type innvendinger og diskusjoner men det betyr ikke at denne debatten omkring hva som oppfattes som rusfri tilværelse ikke er viktig. I vårt materiale har vi definert

medikamentbehandling som en *ikke* rusavhengig livsform ettersom informantene selv oppfatter seg som rusfri.

Utgangspunktet ble derfor å rekruttere informanter som i mest mulig grad tok hensyn til variasjon. Det mener vi at vi greide relativt godt. Alderssammensetningen varierer fra ca 30 til 50 år, noe som kunne vært bedre. Men vi ønsket først og fremst ”voksne” informanter, ikke ungdom, og da er ikke 30 til 50 år så galt. De fleste har jo tilbrakt mye av 20-årene sine i rus og /eller behandling, så derfor ble det sånn. Som redegjort for over har informantene ulik ruserfaring. Vi har valgt å ta med både alkohol, legalt foreskrevet medisin og illegal rus, siden bedringsprosessen er i fokus og ikke selve rusmiddelet. Bare to informanter har ingen erfaring med illegal rusbruk, ellers er spredningen i erfaring bred med hensyn til hvilke stoffer som har vært inne i bildet. Til og med fleinsopp, som noen prøvde da de var unge. Vår forståelse av ulike ruserfaringer var koblet til å rekruttere informanter med erfaringer som ikke nødvendigvis baserte seg på ett rusmiddel. Hensikten med denne studien er å analysere informantenes opplevelse av å endre sin livsform, ikke nødvendigvis hvordan komme seg ut av et rusavhengig liv med vekt på hvilket rusmiddel som ble inntatt. Derfor ønsket vi informanter som hadde ulik bakgrunn og opplevelse av et langvarig rusproblem.

3.2 Ulike sosiale miljø

Vi har også forsøkt å rekruttere informanter fra ulike sosiale miljø. Vi antok at endringene i livsform ville være ulike med hensyn til hvilket sosialt miljø man lever i og hvilken status man har i et samfunn. Vi har i denne sammenhengen vært inspirert av Bourdieu sin forståelse av ulikhet og habitus (Bourdieu 1979). Dette har resultert i at vi har vært opptatt av å rekruttere informanter som befinner seg i ulike sosiale sammenhenger, i håp om å dekke ulike habitus både før, under, og etter rusavhengigheten. Etter hvert ble vi mer og mer

oppmerksomme på at dette ikke var så lett. Vi kunne gjenkjenne en del verdier, holdninger og ønsker om livet som stemmer overens med Bourdieus teori. Men dette stemte ikke nødvendigvis overens med opplysninger som dukket opp om oppvekst og bakgrunn. Vi gikk heller ikke nok inn på verken sosial bakgrunn eller eventuelt nåværende status i intervjuene til å si noe sikkert om dette. Det vi derimot vet er at informantene forteller om svært ulik oppvekst. De tilhører ikke samme omgangskrets, har ulik grad av utdanning og ulike jobber. Ut fra dette har vi i hvert fall unngått det vi var redde for ved å satse for mye på snøballmetoden der man kan ende opp med å intervju mennesker som representerer en spesifikk del av et miljø og dermed unngå et mangfoldig utvalg. Med mindre det er poenget med studien, som det jo er i noen tilfeller, mener vi dette er noe man bør være bevisst på. Siden vi ønsket en bredest mulig inngang til temaet var det en styrke med sosial spredning selv om noen av informantene for eksempel kjente hverandre eller var tilknyttet samme organisasjon.

Selv om vi ikke hovedsakelig har basert oss på ”snøballmetoden” har vi hatt god nytte av denne underveis. De første informantene som tok kontakt med oss hjalp oss med å rekruttere andre informanter som vi nok ellers ikke ville fått tak i. Dette var bekjente av informantene som ikke hadde den samme tilknytningen til organisasjonene, så i den sammenhengen har snøballmetoden vært viktig for oss.

Vi deler derfor de innvendingene som Andrews og Vassenden (2007) gjør i sin artikkel om at utvelgelsen av informanter ofte er lite vektlagt. Vi mener på samme måte at det er viktig å belyse hvilke metoder og prosesser som ligger bak utvelgelsen av informanter, og i en del forskning i rusfeltet er denne prosessen lite vektlagt. I Andrews og Vassendens artikkel vises det blant annet til Beckers (1953) berømte studie av Marihuana brukere i USA på 1950 tallet. Dette studiet har hatt og har en viktig plass i forståelsen av sosialisering innad i et rusmiljø. Likevel savnes det på et analytisk nivå en redegjørelse for hvordan informantene

ble rekruttert. Det er lite som tyder på at rekrutteringen foregikk automatisk eller *”at informantene på magisk vis bare ruller inn”* (Andrews og Vassenden 2007). Utvelgelsesprosessen er derfor viktig å få innsikt i spesielt når man antar at det man ønsker å oppnå er økt forståelse på et område hvor informantene ikke *”presser seg på”*.

Vårt utgangspunkt var altså ikke utelukkende å basere oss på snøballmetoden, nettopp for å oppnå variasjoner ut i fra flere mulige rekrutteringsarenaer. Vår største innvending mot å basere seg utelukkende på et snøballsutvalg har vært at vi ønsket et utvalg som i mest mulig grad representerte ulike ruserfaringer og sosiale felt, og derfor måtte disse rekrutteres gjennom ulike henvendelser.

3.3 Beskrivelse av informantene

Fellestrekket ved informantene er at de alle har hatt store problemer med rusmidler tidligere i livet sitt, men dette var minst tre år tilbake i tid. Vi satte et kriterium på tre år basert på at kortere tid enn det ville være altfor risikabelt med tanke på stabilitet i livssituasjonen og fare for tilbakefall. Flere i materialet vårt har vært rusfri lenger, noen mer enn 7 år. Som vi skriver om i rapporten er det ingen *”magisk grense”* for når man kan anses å være ferdig med rusproblemer eller ikke står i fare for å falle tilbake. Denne faren er nok alltid til stede i større eller mindre grad, men en viss tid bør man i hvert fall ha for å etablere seg i en *”nykter tilværelse”* og våre informanter framstår for oss som godt integrert og etablert i sitt rusfrie liv på intervju tidspunktet.

Hvilke ruserfaringer informantene har varierer. Det vi etterspurte var *”langvarig rusproblem”* og det de har til felles er at alle har hatt alvorlige problemer som har påvirket livet deres svært negativt på mange områder over lang tid. To av informantene har utelukkende misbrukt alkohol, de andre har enten brukt

illegale stoffer eller vært blandingsmisbrukere. Fem av informantene var hovedsakelig heroin-misbrukere, i hvert fall de siste årene. Alle informantene har misbrukt rusmidler i flere år, de fleste mellom 10-15 år med tiltagende problemer. Det kan være vanskelig å si nøyaktig når et misbruk starter. Spesielt for de som begynte tidlig i tenårene, eller har levd lenge med et slags dobbeltliv der rusen ikke ødela for alt annet. Noen fungerte jo godt på skole eller i jobb de første årene, og det er en glidende overgang der rusen etter hvert opptar mer og mer av livet. Bare to av informantene har beholdt både jobb og familie gjennom hele perioden både med og uten rusproblematikk. For den ene av disse har familielivet i perioden vært svært turbulent med flere partnere, den andre beholdt samme partner. En annen beholdt familie og partner men mistet jobben. Alle de andre har på et tidspunkt mistet jobben på grunn av rusen, eller de har hatt så store problemer allerede tidlig i livet at de aldri har hatt noen jobb i forkant av ruskarrieren. Mange har måttet avbryte skole eller utdanning i perioden informantene ruset seg. Over halvparten av informantene har vært uten fast bopel i perioder, og har da enten bodd på gata eller midlertidig hos venner og familie. Mange av informantene finansierte misbruket med kriminalitet, og flere har erfaring med å sitte i fengsel.

Dette er ressursmennesker som har oppnådd svært mye i livet på tross av periodevis store problemer. Det er to grunner til at vi likevel velger å gi bakgrunnsopplysninger om våre informanter. For det første setter det bedringsprosessen i et viktig perspektiv. Det kan være viktig å vite noe om bakgrunnsopplysningene for å forstå de analysene og tolkningene vi gjør i rapporten. Den andre tingen er at vi i forkant av denne publikasjonen har presentert deler av den for kollegaer og studenter. Vi har da fått veldig mange spørsmål i etterkant om dette virkelig kan være alvorlig rusmisbruk. Inntrykket deres var at det måtte være mennesker med bare litt høyt alkoholinntak eller litt mye valium i korte perioder vi snakket om, ikke ”ordentlig narkomane” eller

”alkiser”. Så selv om gruppen er blandet, med ulik bakgrunn og erfaring, er det viktig å si at dette hovedsakelig er mennesker som for noen år tilbake antakeligvis ble ansett som godt nedkjørte rusmisbrukere.

3.4 Forskning på et tabubelagt område?

Vårt utgangspunkt har vært å belyse hvordan man kan endre en livsform fra en langvarig rusavhengighet. Dette er en endring som på flere måter kan oppfattes som sensitivt eller tabubelagt i vårt samfunn. Vi tok derfor kontakt med NSD i god tid før vi skulle i gang med intervjuene for å avklare hvordan vi skulle forholde oss til dette i forskningsprosessen. Siden informantene skulle være voksne mennesker som verken var ruspåvirket eller innlagt på intervjuetidspunktet kunne vi anta at de hadde samtykkekompetanse og selv kunne avgjøre sin deltagelse i studien. Vi fikk derfor godkjenning til gjennomføring basert på at vi forholdt oss til gjeldende forskningsetiske retningslinjer for samfunnsfag og humaniora.

Vi har hele veien lagt stor vekt på anonymitet for informantene. Det betyr at det ikke på noe tidspunkt har eksistert noen liste eller lignende med identiteter. I all hovedsak har vi kontaktinformasjonen i våre egne hoder og som e-postadresser eller telefonnumre uten mulighet for tilknytning til studien for eventuelle utenforstående som måtte finne på å gjennomgå våre kontor eller pc'er. Her har det vært en fordel å være to, siden faren for å glemme viktig kontaktinformasjon er mindre når to hoder husker og behovet for huskelister dermed blir minimalt. I alle dokumenter og diskusjoner oss imellom har vi operert med fiktive navn, slik at informantenes egentlige identitet ikke kan gjenkjennes av andre enn oss selv. At vi er såpass forsiktige betyr ikke at vi mener dette er informasjon informantene nødvendigvis må holde hemmelig. Men valget om å fortelle sin

historie og være åpne om dette er eventuelt noe de selv må velge uten at det framkommer på grunn av vår studie.

Alle informantene tillot oss å ta opp intervjuene som lydfil. I ettertid er vi veldig glade for det, fordi vi i den senere analyseprosessen kunne gå tilbake og finne stadig nye detaljer som vi nok ikke så lett hadde husket uten dette hjelpemiddelet. Vi valgte å transkribere intervjuene selv. Først og fremst var dette en god prosess å gå gjennom fordi man fikk hørt nøye gjennom alt en gang til. Men etisk sett kunne vi heller ikke overlatt dette til andre fordi mange av informantene nevnte ting i intervjuene som navn på samboere, stedsnavn, behandlingssteder osv. som vi måtte anonymisere underveis i transkriberingen. Skulle noen andre gjort dette måtte vi enten gått gjennom og slettet mye, eller i hvert fall avklart dette med informantene i forkant av intervjuet og opplyst om hvem denne personen skulle være.

3.5 Hvordan bruke dybdeintervju som utgangspunkt for å forstå endring av livsform?

I dette studiet har vi benyttet dybdeintervju som utgangspunkt for å innhente data til våre analyser. Som nevnt tidligere har det vært viktig for oss å være bevisst de prosessene som ligger til grunn for vår empiri. Når valget falt på å innhente kvalitative data var dette først og fremst grunnet temaet. Det er gjort en god del forskning i rusfeltet, men lite på prosessen med å bli rusfri. De studiene som er gjort fokuserer ofte på en metode eller modell og vurderer dennes effekt. Det er ikke gjort mye når det gjelder oppfølging flere år etterpå, i hvert fall hvis vi ser bort fra enkelte institusjoners egen evaluering. Når vi ønsket å se på denne prosessen, som framstår som tidkrevende og dyptgripende, var det viktig for oss å la informantene fortelle med minst mulig styring fra vår side. Et spørreskjema

kunne ikke på dette tidspunktet gitt svar på det vi lurte på. Metodevalget var derfor tidlig avklart.

Fordelen med kvalitative intervjuer er som nevnt at informanten kan få fram det han eller hun mener er viktig. Det er i liten grad vi som setter agendaen. Det som kanskje kunne anses som avsporing i et strukturert intervju har mange ganger vært de historiene eller anekdotene som har satt ting på plass for oss og forklart oss sammenhenger vi ellers ikke ville forstått. Utfordringen metodisk sett var nettopp å komme litt bak den "historien" de sannsynligvis hadde fortalt mange ganger, og vi jobbet mye med å stille spørsmål på en måte som kunne bryte litt inn i en eventuelt ferdigredigert historie for å få svar på det vi lurte på. (Potter & Wetherell i Fangen 2004:146)

En annen ting er at selve møtet gir mye informasjon utover den direkte uttalte informasjonen. Møtet med mennesket, småpraten før og etter og ikke minst de stedene vi ble invitert hjem til informanten ga oss en hel masse ekstra. Særlig var det lærerikt å oppdage hvor liten avstanden var mellom "oss" og "dem". Dette er noe spesielt en av oss har vært opptatt av lenge, men nå ble det så veldig tydelig. Vi satt der og kjente at dette kunne like godt vært oss, om bare livet hadde artet seg litt annerledes et sted underveis. Sett bort fra vår manglende personlige erfaring med alvorlig rusproblematikk var informantene i de fleste tilfeller svært like oss selv. De tenkte likt om mangt og mye, hadde de samme bøkene i hylla og de samme kaffekoppene. Sånne småting som ikke egentlig har noen relevans, men som bare ytterligere understreket viktigheten av ikke å skille så skarpt mellom kategoriene. Det betyr ikke at dette bare var mennesker som tilhørte vår egen habitus, eller at vi ikke skal skille mellom informanter og potensielle omgangsvenner. Det har vært viktig for oss å opptre så profesjonelt som mulig i rollen som forsker. Men å oppdage at selv informanter som har hatt

en oppvekst og et liv så fjernt fra våre egne, til og med i land med en helt annen kultur, kan framstå så nært og kjent har vært en viktig understrekning.

3.6 Oppsummering

Ved utvelgelsen av informanter har vi lagt stor vekt på tre ting, for det første skulle informantene selv definere seg som rusfri med tidligere langvarige rusproblemer, de skulle komme fra ulike miljøer og det skulle være minimum tre år siden de sluttet og ruse seg eller definerte seg selv som ”narkoman”, ”alkoholiker” el.l.

Vi brukte bevisst ulike inngangsporter for å finne informantene, men lot også ”snøballen rulle” der en informant kunne gi oss tilgang til en annen som passet med beskrivelsen. Alle informantene fortalte at de tidligere hadde hatt store problemer, men inntrykket vårt på intervju tidspunktet stemte godt overens med det vi forventet av en ”rusfri” person uavhengig om de var under LAR-behandling eller ikke.

At dette er tabubelagt område bekymret oss i oppstarten, og vi tok tidlig kontakt med NSD for å avklare hvordan vi skulle forholde oss til dette. Overraskende nok virket det som om de vi snakket med syntes det var helt greit å fortelle om sitt eget liv, og vi møtte mye åpenhet og interesse for prosjektet vårt. En utfordringen var å komme litt bak den ”historien” de sannsynligvis hadde fortalt mange ganger, og vi jobbet mye med å stille spørsmål på en måte som kunne bryte litt inn i en eventuelt ferdigredigert historie for å få svar på det vi lurte på.

4.0 Informantenes forhold til rusmidler

4.1 *Rus som ritual*

De fleste av informantene våre oppgir at de oppdaget tidlig et nært forhold til rus. Rusopplevelsen var velutviklet og grenseløs lenge før informantene hadde fylt 20 år. Enkelte oppgir at de allerede som 11 åringer forstod at de ville trenge hjelp for sitt rusbruk senere i livet. Andre informanter innså at de ville trenge hjelp for dette som 17 åringer. Fellestrekket for våre informanter er at alle var klar over sitt problematiske forhold til rusmidler før de fylte 20 år.

De fleste uttrykker en form for ensomhet og isolasjon i omgangen med rusmidler, de var i liten grad avhengige av andre for å oppnå de søte sidene av rusbruken. Informantene oppgir i liten grad behov for kollektive rusopplevelser. De beskriver i stedet en ensom men ritualiserende atferd rundt kjøp og bruk av de ulike rusmidlene.

”... Rusen hadde en varm og behagelig følelse. Jeg ble bedøvet og det var en god følelse...”

”... lyden og lukten av den første pilsen var ubeskrivelig. Jeg gledet meg til hver fredag...”

..” altså det er et sånn ritual rundt hele dette. Og liksom litt kos også. Altså, det er ikke bare slit. Når du har fått ordnet og kjøpt (stoff) da er du liksom ferdig...”

Beskrivelsene sier noe om at **andre** utenfor rusmiljøet hadde liten betydning. I enkelte av beskrivelsene kan det nesten virke som om andre relasjoner kommer i veien for selve rusopplevelsen. Noen av informantene understreker hvor liten

betydning omgivelsene rundt fikk etter hvert som rusbruken ble preget av problematisk bruk. En av dem sier det på følgende måte:

... ”Det begynte med hamstring, det måtte være nok alkohol, det var sånn det begynte. Da jeg var 16-17 år ble jeg veldig full, fullere enn alle andre. Neste steg var at jeg ble sur når folk ikke ville drikke. Neste steg igjen var at jeg begynte å like og drikke alene. Jeg har ikke vært i typiske rusmiljø. Mine venner har alltid drukket moderat, med måte. Det var jeg som likte å tøyne grensene. Det ga meg en spenning eller kick. Et ønske om utagering. Å bryte de etiske grensene. Jeg hadde også en enorm kjedsomhet. Klarte ikke å se gledene i vanlige ting...”

Det var i stedet ritualet de selv hadde skapt rundt rusen som var det avgjørende. Dette mønsteret ble også vedvarende gjennom deres omgang med rusmidler frem til bruddet med denne livsstilen. Flere av informantene understreker dette i sine beskrivelser:

... ”Jeg lagde meg systemer. Bare tanken på lyden av å åpne en ølflaske, legge ølene i kjøleskapet ga en sterk stimuli. Det måtte skje noe mer. Jeg syntes det var så godt å ”lulle” seg inn i fantasier. Det handlet mye om følelser. Jeg hadde alltid en god følelse om at det skulle bli bedre...”

... ”Og så når jeg da ser tilbake på den oppturen jeg fikk når jeg drakk, det er klart at jeg ville drikke, det er det jeg ville. Og, det er dette det handler om, så flott...”

Beskrivelsene sier oss noe om de positive forventningene som rusen skapte, både gjennom anskaffelsen av og inntaket av i denne sammenheng ølen. De positive forventningene til anskaffelsen og inntaket av rusmidler er viktig å understreke betydningen av når vi ønsker å undersøke veier ut av rusavhengighet. Dersom vi ikke har en bevissthet rundt hva som motiverer for rusinntaket så mener vi at det er en stor risiko for at vi mister noe av forståelsen omkring det å skulle endre livsformen. Vi tror at denne endringen også må sees i lys av rusens ”søte” sider. Dette er en bevissthet som vi finner igjen i Willy Pedersen bok *Bittersøtt* (2007). Våre informanter er opptatt av å beskrive sitt forhold til rusmidler ikke utelukkende som *negative opplevelser*. Det er viktig å

holde fast ved denne erkjennelsen når vi velger å undersøke hva som førte til endringen i rusbruken. Det blir derimot feil å anta at alle informantene opplevde dette likt. På vårt spørsmål om dette svarer en som følger:

... ”Jeg er ikke så sikker på om jeg vil kalle heroin godt engang. Jeg vil kalle det heroin noe sånt noe som ingenting. Heroin er ingenting.....og det er jo godt for noen som har det jævlig. Men for et menneske som har det godt så vil jeg ikke anta at heroinet appellerer i det hele tatt. Fordi at det eneste heroinet gjør det er jo bare å ta deg vekk altså fra deg selv. (....) Slippe å kjenne og slippe og føle og...”

Men dette henger sannsynligvis sammen med at informanten på dette tidspunktet nærmer seg det punktet der de negative konsekvensene er i ferd med å bli store. Likevel er det viktig å se på denne dobbeltheten. Når vi mener at rusen har en positiv, eller ”søt” side, behøver ikke det henge sammen med en oppløftende eller ”euforisk” rusopplevelse. Mange av oss tenker nok på effekten som ”å bli rusa” til en oppløftet, lykkelig tilstand. Men like viktig er det å se denne oppløftningen som en nøytralisering av en i utgangspunktet negativ eller vond tilstand. Dersom man i utgangspunktet har det vondt, og preges av tunge, triste følelser, vil kanskje effekten av rus bare løfte en opp til en nøytral normaltilstand. Flere av informantene våre snakker om vanskelige følelser tidlig i livet, og der rusen ble en slags løsning på dette. Spennvidden går fra å bruke sterke smertestillende mot fysisk smerte til det å drikke eller dope seg for å dempe selvmordstanker.

... ”Men jeg kan se i dag at da jeg drakk meg full første gang da jeg var 15, så hadde jeg en løsning fordi jeg hadde det ikke noe godt som barn. Altså, jeg hadde det sikkert allright, men jeg var veldig deprimert, veldig nedstemt og trist som barn. Jeg ville ta livet mitt fra jeg var ganske liten, og det har jeg tenkt at alle har det vel sånn. Og det har de jo i hvert fall ikke...”

Det virker altså som om den personlige opplevelsen knyttet til rusen, enten den oppleves på den ene eller den andre måten, er en viktigere faktor enn en

kollektiv rusopplevelse. Mange av beskrivelsene gir inntrykk av ensomme opplevelser, som informanten som blir igjen og drikker etter våkenatten i russebilen når alle de andre går på skolen, eller eiendomsmegleren som går på firmafester der ingen andre (i hvert fall så vidt informanten vet) bruker illegale rusmidler men selv ruser seg på både heroin og kokain. Kjærester kan fungere som samarbeidspartnere for å skaffe dop, men deres betydning framstår som mindre viktig. Noen drikker for eksempel sammen med samboeren men slutter ikke fordi om denne flytter langt vekk. En som tidligere ikke brukte noe illegalt begynner faktisk å bruke heroin mens samboeren, som har brukt lenge, sitter i fengsel. Her er nok samboeren en vei inn i miljøet når det gjelder anskaffelse, men vi tolker dette kun som en praktisk ting og ikke som noen viktig sosial faktor.

4.2 Rusfrihet som en prosess

Flere forskere har vært opptatt av om hvorvidt nye relasjoner som kjærester, rusfrie venner, graviditet, ny jobb og utdanning har betydning for å endre en rusavhengig livsform (Kristiansen 2000). Mange av våre informanter vet ikke helt hva som var den egentlige årsaken til at de ikke lenger er avhengige av rus. Som nevnt tidligere er det flere av informantene som beskriver at de nådde et slags bunnpunkt, og i tillegg opplevde flere at deres sosiale omgivelser krevde en endring. Det er dette som Waldorf kaller *situational change*. (Kristiansen 2000). Dette kan derfor ha vært en mulig faktor koblet sammen med en erkjennelse om at livsformen deres som rusavhengig ikke kan fortsette. Denne kunnskap og erfaringen kan til sammen ha hjulpet informantene ut av rusavhengigheten. En slik forståelse av endring ligner det Waldorf beskriver som ”*maturing out*”. Forståelsen er her at de rusavhengige erkjenner selv en innsikt og eller modning om at livet som rusavhengig ikke lengre har livets rett,

samtidig som de opplever at omgivelsene ikke aksepterer denne atferden (Waldorf 1983).

Våre informanter som alle er mellom 30 og 45 år beskriver veien ut av rusmisbruket som en erkjennelse av flere års erfaring. En av informantene sier selv at han brukte 20 år på å klare å slutte med rusmidler. I forskningslitteraturen finnes det flere studier som baserer sine funn på at modning gjerne i forhold til alder har en sammenheng med veien ut av misbruk. Winick utviklet en hypotese om en slik sammenheng på 1960 tallet. Med utgangspunkt i en registerstudie fra 1955 -1960, fant han at 65 % av de 16725 personene som var registrert opiatmisbrukere i 1955 (i følge The Federal Bureau of Narcotics) ikke fantes i 1960. Hans forklaring til denne reduksjonen var en naturlig modenhet. Denne hypotesen har vært gjenstand for mye kritikk som blant annet retter seg mot hva modenhet innebærer og at dette ikke alltid oppstår i parallelt i forhold til psykiske og fysiske forutsetninger. Videre er også noe av kritikken at andre ting har hatt like stor betydning og i noen tilfeller mer enn modenhet og at man derfor skal være oppmerksom på at veien ut av en langvarig rusavhengighet er komplekst og avhengig av **flere** faktorer som relasjoner til andre (Blomquist 1999/2001 og Hubble, Duncan, Miller 1999). Vi vet også at majoriteten av de mennesker som utvikler alkoholavhengighet eller et problematisk forhold til rusmidler en gang i livet aldri kommer i kontakt med hjelpeapparatet (Blomquist 2006). På dette grunnlaget mener vi at den sosiale tilhørigheten må spille en viktig rolle som perspektiv til å forstå bedring fra langvarig rusavhengighet. Dette viser seg også i vårt datagrunnlag.

4.3 Rusen og de sosiale forventningene

Mange av våre informanter opplever drikkepresset eller forventningene om å drikke som et sosialt dilemma. Det er vanskelig å møte på fest uten

alkoholholdig drikke, når forventningene til deg er motsatt. Du opplever deg som ulik de andre og det koster å måtte stå frem for mennesker du egentlig ikke ønsker å bli definert som tidligere rusavhengige til. Dette er vanskelig og veldig kompliserte prosesser som informantene har forsøkt å løse på ulike måter. Det viktig å understreke at dette oppleves veldig ulikt og at det er nærmest umulig å gjøre noen kartlegging av hva som kjennetegner løsningene på å møte slike utfordringer.

Dette viser seg også som en vanskelig utfordring for enkelte av informantene, litt avhengig av hva slags rusmidler de tidligere har vært avhengig av, men ikke minst er dette koblet til hvilken sosial arena man besitter. Greier man å være sosial på de premissene som er forventet i det sosiale rom? Flere av informantene uttrykker at dette er vanskelig, spesielt de første årene etter.

En av informantene forteller om at han erstatter de tidligere ritualene rundt drikkingen til spising. Det er viktig for han å møte på fest uten å være fysisk sulten.

...” Jeg må jo jobbe med dette resten av mitt liv. Jeg må planlegge selskapeligheter. Første året var jeg veldig sliten. Nå må jeg jobbe med hva som forventes”...

Informanten nevner forskjellige utfordringer som mange kan ta for gitt. Spørsmål som: hvilken rolle skal jeg ha, viktigheten av å lytte til andre, vurdere personene, slappe mer av, unngå fester uten middag og unngå fester uten kjente er viktig for informanten å tenke igjennom i sine sosiale omgivelser. Dette kan være en stor utfordring i et samfunn hvor rus er en viktig og sentral del i vår sosiale omgang, noe som også undersøkelsene tidligere kapittelet indikerer. I denne sammenhengen skal det ikke undervurderes at ettersom våre alkoholvaner er endret kan dette skape forventninger til våre sosiale omgivelser. I vår

sammenheng kan denne type forventninger skape utfordringer for våre informanter i deres sosiale omgang med andre som ikke har et problematisk forhold til rusmidler men som bruker dette i sosiale sammenhenger. Dette kan by på utfordringer for tidligere rusmisbrukere dersom inngangen til det sosiale rom i ettertid ofte blir koblet til rusmidler som for eksempel alkohol. Dette er en utfordring som våre informanter i mer eller mindre grad opplever og tar sine forholdsregler ut i fra.

4.4 Betydningen av andre mennesker og sosiale nettverk

Våre informanter er voksne og alle har oppgitt et rusmisbruk som har vart over minst 10 år av deres voksne tilværelse, det vil si etter fylte 18 år. I deres beskrivelser viser det seg at de fleste informantene oppgir at de har hatt kjærester eller eks. kjærester som har hatt stor betydning for endringen av livsformen. Deres kjærester har enten vært rusfrie eller rusavhengige og det kan virke som om nettopp relasjonen og ikke status i forhold til rusinntak har vært avgjørende motivasjon for å endre livsform. Dette kan bety at relasjonen i seg selv har vært avgjørende for motivasjonen til å avslutte rusmisbruket. Uavhengig av om relasjonen er koblet til et rusmiljø eller ikke. Dette kan bety at relasjonen er med på å redusere isolasjonen og ensomheten som oppstår i det øyeblikk man erkjenner en endring i livet. Dette har vært viktig for alle våre informantere vei ut av rusavhengigheten. Alle påpeker at både hensynet til og motivasjonen for å endre livsstilen og levekår har hatt en sterk sammenheng med tilknytningen til en bestemt person. I de fleste tilfellene er denne relasjonen koblet til kjæreste, men i enkelte tilfeller er også egne barn en dominerende motivasjon for endring av livsstil. Våre informanter gir et bilde av at *bindingene* til relasjoner er en viktig forutsetning for å klare å endre livsløpet.

Dette kan igjen kobles til hvordan informantene ser seg selv, identiteten, og hvem man regner som viktige referansepersoner. Vi synes også det gir mening å

koble dette til Meads beskrivelser av selvet, signifikante andre og generaliserte andre som nevnt i teorikapittelet.

Det framkommer i materialet vårt en forståelse hos flere av informantene om at de ikke ”egentlig” trives i rollen som rusavhengig. Noen sier dette eksplisitt, andre bruker ikke de begrepene, men sier likevel ting som vi tolker inn i denne betydningen.

... ”så tenkte jeg at jeg var veldig sann overbevist om at det jeg mest vil vekk fra det er rusmiddelavhengighetsrollen. Og den får man ikke sant ved å stå på Plata og så blir man definert av ”pepo” som rusmiddelavhengig. Hvis man går under slask-betegnelsen til politiet ikke sant, så blir man plassert der. Men også i tiltaksapparatet; altså så lenge, hvis jeg er på et sosialkontor og søker om hjelp når jeg har rusproblematikk, så er jeg også i en rusmiddelavhengighetsrolle når jeg er der geografisk, ikke sant. Og det er det med alle sånne ting, på alle arenaer jeg er på som rusmiddelavhengig, begrunna problematikken min, så fastholder jeg meg i en rusmiddelavhengigrolle...”

... ”Jeg jobbet jo ved siden av hele tiden. Helt til 2004, jobbet jeg jo, så jeg har hatt kollegaer, jeg har sett hele tiden hvordan andre lever da. Ikke sant. Og jeg visste jo det at jeg hadde jo liksom hatt det sann før også. Jeg tror vel mer at det er sann, at det er ikke meg å sitte der sann rusa, nei jeg vil ha mer ut av livet...”

Roller som rusavhengig handler både om egen identitet, om ”selvet”, og om forholdet til omgivelsene. Omgivelsene kan igjen deles opp i ”signifikante andre” som kjærester og nær familie, og ”den generaliserte andre” som er den delen av samfunnet de forholder seg til som normgivende. Særlig tror vi dette siste kan være viktig. Normene i et samfunn er ikke like i alle miljøer, og sosial aksept handler om å forholde seg til hva som gjelder innenfor ”sitt miljø”. Når man skal endre livsform innebærer det ofte også et skifte av miljø. Da er det samtidig andre normer som blir gjeldene, og i en slik overgang kan man kanskje føle seg både ensom og usikker. Ikke alle informantene våre har skiftet miljø, men alle har endret atferd. Kanskje kan man si at de som ikke har skiftet miljø

likevel har skiftet normer, for eksempel fra å irritere seg over festdeltagere som ikke drikker (nok) til selv å være avholdende. Tydeligere er det likevel for de som tidligere drev med alvorlige normbrudd, eller enda verre, alvorlige lovbrudd, og som nå må forholde seg til lovlige metoder for å skaffe penger. Vi kommer tilbake til betydningen av dette.

Utfordringene er sosialt betinget og særdeles viktige faktorer når informanten skal etablere nye måter å sosialisere på. Andre informanter har valgt bort denne sosialiseringsformen med det utfallet at man må etablere nye vennerelasjoner. De gamle vennene kan ikke lengre oppfylle det sosiale behovet. En av informantene sier det på denne måten:

... ” Mitt tidligere nettverk oppsøkte meg. Der jeg bodde tidligere, kom de hele tiden. Til slutt så skrev jeg en lapp på døren: jeg selger ikke dop. (latter) Dagen etter fikk jeg beskjed av utleieren at jeg måtte fjerne den. (latter). Hva skulle jeg gjøre, ikke sant?

”... Jeg fikk et nytt nettverk gjennom behandlingsnettverket. Noen av de folka jeg hadde vært på program sammen med i behandling fortsatte jeg å ha kontakt med og i begynnelsen hadde jeg veldig tett kontakt og jeg gikk på ettervern i 2 år.(....)Jeg måtte altså finne nye venner. Og det er jo litt vanskelig når du har passert 40 år, ikke sant. Jeg har ikke mange venner, jeg har noen få venner som jeg har funnet i løpet av de 4 årene som jeg har vært nykter. Og det er det jeg har.”...

”... men så fikk jeg en venninne gjennom den gruppa som er eiendomsmegler og helt streit, og så begynte jeg å studere på universitetet og så fikk jeg litt studievenner og sånn der som var helt streite de og. Og det hjalp til, det synes jeg er gøy. For da begynte jeg å se at ting forma seg rundt meg, og fikk litt mer sving på det og at folk ikke så på meg og kunne se at jeg hadde sittet i fengsel og rusa meg eller det tok litt tid før jeg fikk sagt det til kollokviegruppa. Vi har en fast kollokviegruppe, det har vi hatt i to år nå. Og det var (samboeren) som tilfeldigvis sa det forresten... for jeg tenkte at det vil jeg ikke si for jeg vil at de skal se meg som den jeg er først. Og når de fikk vite det så var det bare ”hæ? Du?” liksom og ja, men det fungerer veldig bra nå...”

4.5 Et individuelt prosjekt?

Da vi spurte informantene om hva de definerte som rusmisbruker svarte de alle spørsmål ut i fra en individuell tilnærming. Hvorvidt personen selv definerte seg på rusmisbruker var avgjørende for hvorvidt personen tilhørte denne karakteristikken. To av informantene sier det på følgende måte:

”... det at dem i det hele tatt kaller seg rusmisbrukere er jo jeg også veldig kritisk til fordi at det må jo være opp til hver enkelt å diskutere om det er et misbruk eller ikke.”

”...Nei, nei det handler om holdninger og hvordan man ser på individer...”

En slik tolkning kompliserer våre antagelser om hva som er en problematisk rusatferd. Dersom dette skal individualiseres glemmer man ofte konteksten som definerer den enkeltes holdninger. Dersom man individualiserer definisjonen utelukker man viktige trekk i den kulturelle sammenhengen. Det er dessuten sjeldent individet er i stand til å vurdere sine egne rusproblemer. Er det ikke derfor det er så vanskelig å be om hjelp eller søke behandling? Det er ditt eget problem og du må selv være bevisst og motivert og ikke minst klar over at du har et problem. Dette er kompliserte avgjørelser som informantene har møtt på forskjellige stadier og sammenhenger.

”... Jeg har en kamerat som fortalte at han drakk seg full da han skulle opp til muntlig i niende klasse på ungdomsskolen og det er sånne historier man husker da, for de var to kamerater som hadde sittet og drukket seg fulle før muntlig og for meg var det veldig sprøtt. Både på grunn av alderen og situasjonen. Da tenker jeg at noen måtte jo ha sagt noe, til ham, men det tror jeg ikke noen gjorde...”

”... Men jeg kan se i dag at da jeg drakk meg full første gang da jeg var 15, så hadde jeg en løsning fordi jeg hadde det ikke noe godt som barn. Altså, jeg hadde det sikkert allright, men jeg var veldig deprimert, veldig nedstemt og trist

som barn. Jeg ville ta livet mitt fra jeg var ganske liten, og det har jeg tenkt at alle har det vel sann. Og det har de jo i hvert fall ikke. Og så når jeg da ser tilbake på den oppturen jeg fikk når jeg drakk, det er klart at jeg ville drikke, det er det jeg ville. Og, det er dette det handler om – så flott! For å dra kontakten ut ifra all sunn fornuft og bare være villmann og drikke ogdet passa meg ypperlig. Men det ringte en bjelle i russetiden, når vi da hadde hatt våkenatt så var faktisk motivet å være våken hele natten. Det var ikke å drikke mest mulig (ler). Og på morgenen så gikk folk på skolen, og jeg var igjen i bilen og drakk! Ok (eget navn), hele skolen er dust og du er allright? Ja, ja... (alle ler) Det var noe som ikke stemte der!...”

...” Jeg mener at vi alkoholikere drikker bort følelsene. Det er når følelsene kommer, gode eller dårlige eller hav fanden det er, så klarer vi ikke å takle de, og alkoholen ter dem. Det der med å gå opp til muntlig, jeg gjorde det samme. Jeg har fire utdannelser og jeg har vært fin i farten hver eneste gang; hotellfaget, ingeniør, jeg har pedagogisk utdannelse, og hver gang så var altså følelsene så jævlige at det måtte drikkes. Kommer gjennom det med hodet over vannet og alt sammen! Det er klart jeg ser ikke at jeg har noe problem, nei, Det hadde jeg hatt hvis jeg ikke hadde drukket..”.

”... Det samme i jobbsammenheng ikke sant, du kom over i jobber du egentlig ikke var kvalifisert til å kunne greie. Og fikk fem under deg, ikke sant, og hele den biten det. Medarbeidersamtaler, og så videre. Satt og grua deg hjemme en hel måned før du skulle ha de samtalene og døyva det hele med å drikke, og frykten ble jo større jo lenger fram du kom og mer det nærma seg. Mye der det ligger i hvert fall når det gjelder meg, da..”.

Informantene viser oss at de kjenner seg igjen i avhengighetsrollen og tegner et bilde av hvor og når det hele begynte å bli unormalt i deres øyne. Vi spurte ingen av informantene om de kjente seg igjen i avhengighetsrollen. Noe av grunne til det var at vi ønsket at informantene selv kunne få uttrykke hvorvidt dette var viktig for dem. Og her er det nok litt delte meninger om hvorvidt dette er viktig.

Det kan i stedet tenkes at denne rollen oppleves som urettferdig. Spesielt med tanke på at rusmønsteret i vår kultur kjennetegnes av et synlig rusmønster som ”fylla” er et uttrykk for. Undersøkelsene som er presentert tidligere i kapittelet

viser også en tendens til økt grad av aksept til den enkeltes rusatferd. Vi mener at tendensene kan være med på å utydeliggjøre når man har et rusproblem. Og ytterlig vanskeligere blir det når problematikken først og fremst skal avgjøres individuelt. På denne måten blir de kulturelle forutsetningene utelatt. Og dermed blir samfunnets holdninger til rusmidler på et generelt nivå ikke vektlagt og man glemmer da et viktig element. Undersøkelsene vi viser til i begynnelsen av kapittelet sier jo noe om hvilken aksept og forbruk man finner i befolkningen.

Det som framstår som en viktig faktor er graden av kontroll. Spesielt i voksen alder forventes det at man har kontroll selv om man benytter rusmidler, og det er når denne kontrollen mangler, eller man kan si at rusen styrer personen i stedet for omvendt, at man har et problem eller et misbruk. Det virker derfor hensiktsmessig å skille mellom avhold, normalbruk og misbruk. I tillegg kan man skille mellom legale og illegale rusmidler (Fekjær 2009, Pedersen 2007) Men skillene er ikke bestandig tydelige, og både kultur, miljø og situasjon er med på å definere hva som er akseptabelt. Det som anses for å være normal og forventet atferd på julebordet i en bedrift kan i familieselskap være alvorlig normbrudd – selv om både personen som utfører handlingen og mengde og type rusmiddel er nøyaktig likt. Derfor er det vanskelig å måle misbruk, uten og samtidig ta hensyn til en rekke andre faktorer. Og som vi har påpekt tidligere i rapporten endrer rusvanene seg også i forhold til tid. Det virker heller ikke som om rusen i seg selv er problemet for våre informanter, men heller atferden dette fører med seg og bivirkningene av denne. Dette er også en viktig hovedkonklusjon i Fekjær (2009) sin omfattende studie av bruk, motiver, skader, behandling, forebygging og historikk av rusmidler. Det er ikke mengden men atferden som i stor grad avgjør hvorvidt en person er en misbruker eller ikke.

4.6: Hensynet til andre

Et problem som går igjen er finansiering av forbruket; det er dyrt og ruse seg mye, og dermed vanskelig å unngå kriminalitet. I tillegg kommer mange til et punkt der rusen opptar så mye av personens fokus at man slutter å ta hensyn til mennesker rundt seg på den måten som forventes.

... ”Vi hadde den kampen for at han skulle få samvær med sønnen sin. Og den dagen vi fikk lov til å ta med oss ham på hytta, vet du hva han gjorde? Han drakk seg full, han! Og der satt jeg og jeg drakk ikke da. I hvert fall ikke, jeg turde ikke drikke mens vi hadde med barn. Men det var bare fordi at jeg hadde ikke kommet så langt med min alkoholisme på det tidspunktet. Men da skjønnte jeg at her er det noe feil, det handler ikke om å være glad i gutten eller ikke være glad i gutten eller... det er noe annet, som ikke stemmer. Og da kunne jeg klare liksom å se at det var et sykdomsbilde inni her. Så jeg lærte det sykdomsbildet gjennom han, så når jeg ble alene og flytta fra ham, og det var rom for å drikke mer og sånn, da så jeg det i meg selv”...

En annen av informantene beskriver en familiesituasjon på følgende måte:

... ”Når ungen min begynte å krabbe så skulle jeg ta vare på han, ikke sant. Og så sitter jeg i leiligheten, jeg setter meg en dose, jeg sovne og i det neste øyeblikk så slår han seg. Døra var åpen og han hadde klart å krabbe ut av døra, og så hadde han ramlet ned trappen utenfor. Han skrek, han ropte på meg, og jeg var ikke der... Han begynte å blø, og jeg ble så stressa, men jeg roet han ned og vasket av blodet av han. Der hvor vanlig mennesker med sunn fornuft tenker at nå skal jeg ta vare på barnet, ikke sant, barnet har slått seg, han trenger meg. Men når han er roet ned så går jeg og setter meg for å sovne igjen! Du tenker ikke rasjonelt, ikke sant, dopet styrer deg. I dag klarer jeg ikke å ta øyet vekk et sekund. Når han er hos meg, så får han ikke lov til å gå ut før jeg er sammen med han. Han går ikke ut døra, fordi han vet hvordan jeg reagerer hvis han gjør det uten meg, jeg blir helt hysterisk. Selv om det ikke er bra det heller, men vi bor i et område som er ganske belastet, og han forstår grenser ikke sant. Heldigvis gikk det bra den gangen jeg var så ruset, barnet sovnet heldigvis etterpå, men det var jo ikke bra det jeg gjorde.”...

Det er ikke vanskelig å se at rusbruk på denne måten er problematisk. Det handler ikke så mye om mengde eller antall enheter per uke, men at fokuset forflyttes fra det man normalt vil anse som viktigst, som å ta vare på barn eller

gjøre jobben sin ordentlig, til å la rusen bli viktigst. Derfor tror vi det er hensiktsmessig å operere med følgende definisjon på rusmisbruk: "Anskaffelse og bruk av rusmidler som gir alvorlige negative konsekvenser for personen selv og andre mennesker". Mengde og type blir dermed underordnet og fokuset legges i stedet på den atferden personen utviser i forbindelse med anskaffelse og bruk av det aktuelle rusmiddelet. Det spiller ingen rolle om det dreier seg om valium foreskrevet av lege, dersom dette inntas i forbindelse med bilkjøring og dermed kan anses som farlig atferd. Begrunnelsen for å inkludere anskaffelse i definisjonen er at dette i mange tilfeller innebærer kriminelle handlinger som skader andre på ulike måter.

... "Og da er det sånn at jeg synes ikke jeg har skada noen jeg, mens tenk på alle de gangene mora mi ringte til meg og jeg ikke tok den. Eller hun ringte og så sa jeg at jeg har ikke tid akkurat nå så jeg ringer deg opp igjen og så gjorde jeg ikke det. Liksom inni det isolasjonsmønsteret mitt, hvor vondt jeg gjorde mot de, og hvor vondt jeg gjorde mot søsknene mine fordi at jeg hadde funnet ut av et eller annet følelsesmessig greie som jeg trodde løftet meg videre og så konfronterte jeg dem med det, sånne ting. Og bare hvor mye jeg såra de, og mamma, hvor redde de har vært for meg bestandig"...

Rusfrihet er dermed etter vår definisjon fravær av denne atferden. Avhengig av hva problemene tidligere gikk ut på, lever personen nå på en måte som ikke gir disse negative konsekvensene. Det innebærer både å avstå fra det aktuelle rusmiddelet, men også eventuelle atferdstrekk som fulgte med, for eksempel ulike typer kriminalitet, vold, likegyldighet. Nå kan man kanskje diskutere hvor grensen går når det gjelder negative konsekvenser for andre mennesker, men vi avgrenser oss her til å snakke om atferd personen ikke ville utføre i edru eller nykter tilstand, altså atferd direkte koblet til anskaffelse og bruk av rusmidler. Det betyr at vi betegner alle i vårt materiale som rusfri, selv om noen er i legemiddelassistert rehabilitering, drikker alkohol på en måte som er alminnelig

sosialt akseptert eller bruker andre typer legemidler på en måte som ikke gir disse konsekvensene.

Endringene disse menneskene går gjennom handler om mye mer enn å slutte og ruse seg. Dette er en komplisert prosess som for de fleste innebærer endring på mange områder i livet samtidig. Vi bruker begrepet livsform for å favne denne kompleksiteten. Til sammenligning vil eksempelvis det å slutte å røyke også medføre noen endringer i livet, men som regel er dette snakk om små atferdsendringer og vanebrudd. Selv om det kan føles veldig stort for den det gjelder, innebærer det sjelden at man må skifte inntektskilde, bolig, omgangskrets og identitet på en så drastisk måte som når man slutter med rus på det nivået vi her snakker om. I noen tilfeller kan man snakke om en mindre omfattende livsstilsendring, som når man etter en periode med mye alkohol velger å roe ned litt. Det er noe annet enn det vi her snakker om, for den gruppa vi baserer oss på snakker om å endre livet sitt på svært mange områder på en gang, og dette kaller vi derfor endring av livsform. Noen av informantene har hatt samme jobb og vennekrets gjennom både perioden med og uten rusmisbruk, men endringen er likevel omfattende fordi det da er snakk om å bli akseptert som et annerledes menneske. Venner og kollegaer har jo en viss oppfatning av deg, et bilde av hvordan du oppfører deg, og når dette plutselig forandrer seg kan det være vanskelig å finne sin nye rolle og posisjon.

4.7 Vendepunkt

Hva kan få mennesker til å slutte og ruse seg? Dette er vel det store spørsmålet for alle som er opptatt av rusproblematikk, og det finnes vel ikke noe fasitsvar. Vi merker oss likevel at alle informantene våre snakker på ulike måter om et vendepunkt når de hadde ”nådd bunnen”. Denne bunnen befinner seg derimot på

ulike steder, det kan være å stå i fare for å miste hus eller familie, men også å befinne seg på gata uten mat og i fare for å fryse i hjel.

... ”Så da ble det stjeling av biler, så selger man alt man har, så står man der til slutt med to bæreposer i hånda. Vi flytta faktisk hjem til min svigermor, på et rom der. Det var da man fant ut at her må det gjøres noe. Vi skjønnte det jo før det men da nådde vi vår personlige bønn da. Og fant at dette går ikke lenger. Da begynte forsøkene med å bli rusfri”...

... ” Og da satt jeg der, med jobben min som jeg var livredd for å miste, huset mitt som jeg var livredd for å miste, fordi at dette hadde jeg opplevd før. Så det jeg gjorde da var at jeg gikk til AA. Og jeg turte ikke annet, for det var ingen som redda meg, og det er det som har hjulpet meg”...

... ”noen de synes ikke de har nådd bunnen selv om de står der med bare to plastposer i henda og ikke har noe sted å bo. De synes liksom at ok, her har jeg vært før, dette ordner seg. Men jeg hadde ikke vært der, jeg visste at dette ordner seg ikke. Og det var for stor skam for meg. Man sier; det er noen som kommer fra møblerte hjem (ler litt) og kanskje hvis du kommer fra et møblert hjem så er det vondere å bli satt på gata. Jeg vet ikke jeg...”

... ”Altså, jeg tror at det er, selvfølgelig er det en prosess. Jeg har jo, jeg fikk tre års dom som 18-åring i en stor nark-sak, og allerede da hadde jeg motivasjon ikke sant, til å slutte. Men det, kunnskapen om hva som skal til for å slutte den skorta det på, og modenhet skorta det på, og tålmodighet skorta det på og iherdighet. Og så blir man eldre, og så blir man mer belasta, får mer konsekvenser, det gjør jo noe med motivasjonen. Men det kan også være motsatt ikke sant, at man mister troa. Eh, hva som gjorde at jeg tok valget, den snuoperasjonen, det var egentlig bare at tiden var inne. Jeg klarer ikke å svare mer konkret enn det, tiden var der for meg. Vi bestemte oss for det i fyllearesten i (sted)! Når vi ble varetektsfengsla faktisk, da sa vi det at nå er det slutt!”

... ”Jeg fikk til slutt en allergisk reaksjon på grunn av at jeg brukte dop. Og uansett hvor lite jeg røyka så blei jeg dårlig, uansett hvor liten dosering av heroin jeg satt så ble det overdose. Uansett hvor lite jeg drakk, jeg kunne drikken en 0,4 l med øl og bli dritings. Kroppen tålte ikke mer. Jeg var på grensen til å dø ikke sant. Jeg ble helt paranoid, trodde at folk var ute etter meg. Jeg fikk så masse hallusinasjoner, jeg tenkte, herregud, hva er det som skjer med meg? Jeg som hadde tålt alt, jeg tålte ikke en dritt nå. Men det var kroppen som sa i fra at nå har jeg fått nok. La meg være i fred. Ro deg ned”...

... ”Ja, før kunne jeg i hvert fall skaffe meg dop, nå klarte jeg ikke det. Seint på kvelden gikk jeg til innvandrerbbutikkene og spurte om jeg kunne få noe mat. Jugde som bare det for å få noe mat; Jeg er utledning og jeg har ikke noe plass å være å bo. Kom igjen, synd på meg, ikke sant. Gi meg litt penger eller mat. De ga meg mat men penger fikk jeg ikke”...

4.8: Flere vendepunkt på veien ut av avhengigheten

Strategiene de velger for å slutte er ulike, og alle legger vekt på at rehabilitering må tilpasses til hvert individ. Det virker ikke som om selve abstinensperioden, eller den fysiske avhengigheten er det vanskeligste å takle. Der og da er det nok en veldig tung og smertefull prosess, men det går jo over. Den virkelige utfordringen kommer etterpå, når livet skal fortsette uten rus. Rusen har jo lenge opptatt store deler av tiden og ikke minst tankevirksomheten. Fokuset har vært på å skaffe seg rusmidler og få anledning til å bruke det. Hvis vi betegner opplevelsen av ”rock bottom” som en livskrise, der personen på en eller annen måte at livet med rusen gjør så vondt at det ikke lenger gir mening å fortsette, er kanskje ”vendepunkt” et uttrykk for at de ser en mulighet for å snu. Vi spurte informantene om de kunne huste noen vendepunkt, om det var spesielle hendelser da de bestemte seg for å slutte. Det første kan kobles til samme hendelse som ”rock bottom”, en opplevelse av at her er bunnen, nå må jeg gjøre noe. Men mange opplevde også flere vendepunkt underveis. Noen beskriver tydelig hendelser som på et vis åpnet for et håp om et annet liv. Disse kunne ofte der og da framstå som vonde. Erkjennelsen av det livet de levde var ofte smertefullt og trist. Likevel satte det alt inn i et perspektiv der man kunne begynne å endre livet, en endring som i disse tilfellene er svært omfattende.

... ”Samme kveld kom det en venn på besøk som tidligere hadde vært igjennom programmet. Jeg ble skikkelig glad. Og jeg spurte om han komme med tabletter til meg.(...) Han sa: jeg tror ikke du trenger tabletter men jeg kan komme med noe til deg. Så tenkte, ok, han kommer sikkert med heroin. Så kommer han

dagen etter med en bok. Jeg tok med boken og var sikker på at han hadde gjemt noe dop i den. Jeg kom inn på rommet mitt og jeg lette etter det men det var ingenting, ikke sant. Så ringer jeg til han, hva er det du driver med, ikke sant. Du kommer med en bok til meg!!! Han sa: les den jævla boken, kanskje den kan hjelpe deg. Jeg lot boken ligge noen dager. Så begynte jeg å kjede meg og begynte å lese i boka. Fra side 4 klarte jeg og kolbe boken til livet mitt. Hva som hadde skjedd og sånn. (....)”

”Tidligere brukte jeg 24 timer på å skaffe meg rus, ikke sant. Nå bruker jeg kanskje 1 time på møte og en halv time på å komme meg dit. Hva er 1 ½ time i forhold til 24 timer?”

...”Problemet er ikke rusmiddelavhengigheten, problemet er alle de tinga, det livet jeg har levd .(...)... jeg nekta å gå på sosialkontoret, jeg slapp ut klokka åtte om morran (fra fengsel) og satt på Blindern og hadde meldt meg opp på et sånt sosialantropologi emne”

...”Metadonen i seg selv betyr jo at du får enormt med tid til overs. Og det resulterer jo i at man har lyst til å være med på ting, ikke bare sitte der og Zappe på tv. Det er ikke nok til slutt”...

”... For meg som har vært rusmiddelavhengig, jeg kan prate for meg selv, og jeg prøver og liksom gjøre det, så tror jeg at den prosessen av å slutte med stoff og sånn, og kanskje avstå fra ulovlige handlinger og sånne ting, det handler jo bare om valg, ikke sant? Og det er faktisk ikke det som er prosessen tilbake til samfunnet og livet igjen. Prosessen er jo i det øyeblikket de tingene er såpass på avstand at man kan begynne å jobbe med viktige ting med seg sjøl(...)da mener jeg at man er har begynt rehabiliteringsløpet sitt. Ikke når man prater om rus og ikke rusmidler, det handler om et valg det. For meg”...

Denne bevisstheten ble også en viktig erkjennelse og sentral faktor under hele behandlingen og senere rehabilitering.

En av de andre informantene knytter erkjennelsen til endring til en bestemt episode i det siste av mange behandlingsopphold:

...” I dag så mener jeg at vendepunktet i livet mitt har vært, jeg fikk en terapeut som var muslim og ganske flink i sitt fag, da. Og for første gang klarte noen å komme under den masken jeg hadde, de kom inn i sjelen min. De så forbi den

tøffe bygutten som kunne det ene og det andre, ikke sant. Jeg vet ikke hva det var som gjorde at jeg åpnet meg. Kanskje det var ånden hennes eller noe. Jeg så på henne som en eldre dame, så på henne som moren min. Fortsatt vet jeg ikke hva som skjedde. Hun ba meg om å skrive om konsekvenser av rusmisbruket, ikke sant. Du skal skrive alle konsekvensene, familie, venner, sosiale, økonomiske, samfunnsmessige, seksuelle alt mulig ikke sant. Og så skulle jeg fortelle det til resten av folkene på behandlingsinstitusjonen. Jeg skrev det på tavlen foran de andre på institusjonen, når jeg var ferdig så var tavla full. Det var masse, ikke sant. Alt som hadde blitt ødelagt. Så begynte jeg å fortelle og midt i fortellingen min, så kom terapeuten bak meg, hun tar tak i skuldrene mine, snur meg mot tavlen og så sier hun: dette her er livet ditt. Jeg bare knakk sammen. Og det var liksom første gang. Jeg kjente det så ille. Jeg trengte bare å gråte...”

Dette var i følge informanten det første erkjennelsen til endringsprosessen til et rusfritt liv. Erkjennelsen av å bli truffet på et sjelelig nivå har hatt stor betydning for informantens opplevelse av egen livsform. Informantens beskrivelse av denne opplevelsen er bevisst koblet til erkjennelsen av endring og når eksakt dette oppstod. Våre intervjuer viser at denne bevisstheten om tid og rom ikke er like klar for alle.

En av de andre informantene var derimot mer usikker på hvordan erkjennelsen om endring av livsform oppstod og uttrykker det på følgende måte da vi spurte om når vendepunktet oppstod:

...”Det var vanskelig å svare på. Eh, hva som gjorde at jeg tok valget, den snuoperasjonen, det var egentlig bare at tiden var inne. Jeg klarer ikke å svare mer konkret enn det, tiden var der for meg...”

Denne informanten virker litt mer usikker på hva som oppstod eller hva som førte til endringen av rusavhengigheten, samtidig som informanten uttrykker en snuoperasjon i livsformen. Informanten understreker at veien frem til snuoperasjonen egentlig hadde foregått i nesten 20 år. I denne sammenhengen kan det oppleves som litt utfordrende eller komplisert å skulle si noe konkret om hva som førte til endringen av livsform i denne fasen. Det kan virke som om

informantene ikke opplever snuoperasjonen i livsformen på samme måte som vi forskere prøver å forstå dette på. I enkelte av intervjuene opplevde vi at informantene ikke vektla endringsprosessen så mye som vi i utgangspunktet hadde antatt at ville være en vesentlig del i deres beskrivelser av veien tilbake fra et rusavhengig livsform. En slik tolkning av materialet må ikke forveksles med at vi antar at endringsprosessen ikke har hatt en enorm innvirkning i deres nåværende livsform. Vi antok derimot at denne erkjennelsen ville dominere intervjuene i større grad enn vi opplevde. Vi antok at deres beskrivelser av veien tilbake ville domineres av hva og hvilke årsaker som var viktige i denne endringsprosessen. I stedet opplevde vi å få 8 relativt ulike beretninger om hva som førte til endringen i deres livsform. Fellestrekket i deres beskrivelser er en usikkerhet på konkret hva som førte til endringen samtidig som de utviser en erkjennelse av at de ikke lengre hadde noen valg. I denne sammenheng passer Waldorf sin beskrivelse av å nå bunnen som en parallell til våre informanternes opplevelse.

4.9: Oppsummering

Våre rusvaner endrer seg over tid parallelt med synet på hva som defineres som misbruk eller avhengighet i det norske samfunnet. Utfordringen er som vi har vist i dette kapittelet hvordan man personer med et vanskelig eller problematisk forhold til rusmidler skal forholde seg til et samfunn som i større grad har etablert rus som en viktig funksjon på den sosiale arena.

5.0: "Oss" og "de andre" – eller?

I dette kapittelet vil våre sosiale behov og kompleksiteten rundt dette bli belyst. Våre informanter har i varierende grad fortalt oss om episoder i deres liv hvor de sosiale normene og forventningene er blitt utfordret. Hvilken betydning har venner og sosialt nettverk når man skal endre livsform? I dette kapittelet vil vi belyse nærmere hvordan de sosiale utfordringene blir håndtert og ivaretatt av våre informanter.

5.1: Sosiale forventninger som rusfri

Den kanskje største utfordringen til våre informanter er det sosiale rom. I deres tilværelse som rusfri er det spesielt en utfordring som oppleves som vanskelig og det er den sosiale relasjonen til andre mennesker. Det gjelder både i den offentlige og den private sfæren.

"... Jeg var 12 år da jeg begynte og ruse meg og hadde jo ikke peiling på hvordan man oppførte seg blant folk. Det var flaut og vanskelig å lære seg dette. Jeg følte meg så dum når jeg gikk i byen alene, nykter, og skulle håndtere alle ting som er forventet av en voksen person. Jeg visste ikke hvordan jeg henvendte meg til folk. Hvis jeg stod i kassen og skulle betale så fikk jeg helt panikk de første gangene! Dette hadde jeg aldri gjort før og var fristet til å stjele varene slik at jeg slapp å vente i kø for å betale. Hva skulle jeg si når jeg skulle betale? De første gangene begynte jeg og kaldsvette før jeg kom til kassen. Ikke for at jeg måtte betale varene men hva sier man i slike situasjoner? Jeg husker en av de første gangene, da jeg kom til kassen sa jeg " unnskyld, kan jeg betale?" Jeg følte meg så dum. Her stod jeg og var såkalt voksen men gud så usikker. Dette valgte jeg etter ganske lang tid i behandling å fortelle til de andre. Det var flaut og pinelig men jeg fikk hjelp!! Du verden for en lettelse å vite at noen forstod alvoret..."

Prosessen med å bli rusfri beskrives på ulike måter av alle informantene våre. Vår tolkning er at dette i alle tilfeller er en sosialiseringsprosess, som nærmere kan beskrives som enten resosialisering eller desosialisering. Noen har begynt og ruse seg så tidlig at de aldri rakk å sosialiseres som "alminnelig voksne" men

ble voksne som rusmisbrukere. Det innebærer at de aldri har rukket å bli sosialisert til å håndtere situasjoner de fleste ser på som dagligdagse ferdigheter, som å gå i butikken i eksempelet ovenfor. I tillegg mangler de kanskje skolegang, og har aldri hatt en alminnelig jobb. Dette er viktige sekundære sosialiseringsarenaer der man som regel lærer og internaliserer de normene og verdiene som gjelder i samfunnet. For noen har det sviktet helt fra begynnelsen av, med store problemer hjemme og usikker personlighetsutvikling. Dette tar det tid å finne ut av og verden er ikke nødvendigvis innstilt på å hjelpe til. Dette blir mye lettere hvis man er flere sammen, og her er det viktig med trygge nære relasjoner, som kjærester og venner. Mange situasjoner er vanskelige å takle alene selv for godt sosialiserte og integrerte voksne, mange vil for eksempel nødig gå på kino eller spise på restaurant alene. Det gjelder også en rekke andre aktiviteter. Her holder det fint med en venn, men den ene blir veldig avgjørende for om man i det hele tatt vurderer å delta.

Ikke alle informantene har begynt og ruse seg tidlig. Noen har i hvert fall ikke hatt noen problemer knyttet til rus før de var voksne.

... ” Så jeg begynte som 30 åring og jeg hadde jo jobbet hele tiden. Jeg jobbet jo ved siden av hele tiden. Helt til 2004, jobbet jeg jo, så jeg har hatt kollegaer, jeg har sett hele tiden hvordan andre lever da. Ikke sant. Og jeg vet jo det at jeg har jo liksom hatt det sånn før også. Jeg tror vel mer at det er sånn, at det er ikke meg å sitte der sånn rusa, nei jeg vil ha mer ut av livet. Jeg husket jo liksom hvordan vi hadde det, vi bodde jo hjemme hos moren tilsamboeren min. Vi satt der og hutret og frøys og var abstinente og de satt og koset seg med kaffen og mat og vi satt bare og tenkte på penger. Og så er det alt det kriminelle. Og det er jo ikke noen venner du får i miljøet. Det er tøft miljø. Det er spennende til å begynne med men det er ikke så spennende i lengden. Det var nok litt av spenningen som gjorde at jeg dro inn i miljøet på en måte” ...

I de tilfellene kan man heller snakke om en desosialiseringsprosess; de har tidligere vært godt sosialisert og integrert i samfunnet men har levd en periode med andre normer og verdier der rusen har vært veldig viktig. Noen uttrykker dette eksplisitt; de observerer at andre lever uten de samme problemene ”sånn

hadde jo jeg hatt det også – tidligere ”. Andre ganger er det mer implisitt, der fortellingen tyder på at de egentlig er klar over hvordan ”resten av verden” fungerer og vet godt hvordan de skal håndtere både dagligdagse aktiviteter og jobb, men at dette har ”sklidd ut” en periode. Men det er like viktig å ha noen å være sammen med, noen å stole på og som hjelper til med å fylle dagene.

Å snakke om rusproblemer blir mange ganger en debatt rundt de direkte observerbare problemene. Det kan handle om ”nedslitte narkomane” på gata eller ”fylliken” som aldri klarer å forlate festen på egne ben. Men dermed blir det også en diskusjon som hele tiden skiller ”oss” og ”de andre”. Det er lettere å snakke om de andre, for da behøver vi ikke vurdere oss selv. Men er det sånn at de andre er noen helt andre, eller er det bare mennesker som oss i en annen situasjon? Våre informanter har vært både ”oss” og ”de andre” på ulike tidspunkter i livet. De har, eller har hatt, gode, konservative jobber, de har studert og de har fine boliger i pene strøk. Men de har også kjøpt dop på plata, sittet i fengsel, manglet bolig og bodd på ulike institusjoner både frivillig og under tvang. Rekkefølgen varierer, men ingen er ”bare narkomane”. Vi trodde vi hadde lest litt om dette temaet og hadde noen ideer om hvilke sammenhenger som finnes i verden, men etter å ha snakket med informantene våre måtte vi likevel snu opp ned på en rekke forestillinger. Det er ikke sånn at de som driver rundt på plata ikke er de samme som har hatt gode jobber og i dag fremstår som vellykkete ressurssterke mennesker. Det er ikke for sent å snu før du er død; selv med vanskelig oppvekst, tidlig debut med rusmidler, manglende nettverk, langvarig ruskariere og innvandringsbakgrunn går det an å leve et sosialt akseptert liv og se så ordentlig ut i 40-årene at ingen umiddelbart vil tro på historien din. Men den prosessen du må gjennom er ekstremt krevende; det er ikke verken enkelt eller noen sikker suksess.

5.2: Ensomhet

Det er ikke lett å etablere nære relasjoner. Dette er vanskelig for mange barn, og noe mange foreldre bekymrer seg mye for. Men det er ikke lett for voksne heller. Vi har tidligere vært litt inne på betydningen av andre mennesker i veien ut av rusproblemene. Alle våre informanter vektlegger sosiale relasjoner når de snakker om hva som er viktig for å holde seg unna rusproblemer. De fleste opplever den første tiden som rusfri som preget av ensomhet og at det nærmest blir en sosial kamp om å få nye vennerelasjoner.

Hvordan etableres vennerelasjoner i vårt samfunn? Veldig ofte foregår dette gjennom jobb, utdanning eller sosiale aktiviteter. I denne sammenheng er det viktig for oss å understreke at ensomhet ikke nødvendigvis er et fenomen og en utfordring for mennesker som har endret deres livsform eller måter å leve på. Ensomhet er en utfordring som rammer flere mennesker men vi velger og ikke å vektlegge denne dimensjonen så stor plass i denne sammenheng. Vi mangler data for å kunne si noe utfyllende om hvordan dette oppleves og erfares av våre informanter. Likevel er det noen av informanter som understreker hvor vanskelig og utfordrende det kan være å skule sosialiseres inn i nye grupperinger i samfunnet som ikke deler ruserfaringen. Og her sliter mange av informantene fordi de hele tiden har et tidligere liv som det ikke alltid passer å fortelle om. Redselen for stigma og sosial støy fører til at vennskap med andre tidligere rusavhengige er letter å inngå enn nye relasjoner uten denne koblingen. Mennesker danner lettere nære relasjoner med noen den føler er lik dem eller som de har noe til felles med. Skillet mellom "oss" og "de andre" kan være et hinder når tidligere rusavhengige skal finne nye venner. Dette gjelder nok begge veier; det kan være vanskelig å omgås mennesker som ikke har de samme erfaringene samtidig som en del vegrer seg for å inngå vennskap med noen de

mener har for mye ”problemer”. Derfor er det nok vanlig, spesielt i begynnelsen, og hovedsakelig omgås andre med ruserfaring.

”... er det noe som kan true min nykterhet i dag også så er det ensomhet...”

Det er jo ikke sånn at alle mennesker har like stort behov for sosial omgang med andre mennesker. Her er det viktig å skille mellom det å trives i eget selskap, og ensomhet. Men i perioder der man skal endre livsform ser det ut til å ha stor betydning å kunne omgås andre mennesker som heller ikke ruser seg. Hvis ikke er veien tilbake veldig kort.

5.3: Kampen for å være rusfri

De fleste av våre informanter har forsøkt å bli rusfri flere ganger. Noen har lykket i perioder, for så å begynne igjen. De er derfor klar over at det å holde seg borte fra rus når man først har hatt et misbruk kan være vanskelig, spesielt over lang tid. Longitudinelle studier viser at nesten 90 % av problemdrikkere som har prøvd å slutte vil oppleve tilbakefall (Beck et al.,1993).

...”Hvis du ikke drikker så blir du ikke helbredet, men symptomene kommer ikke. Folk har vært edru i 30 år og sprukket og de er tilbake der de startet. Det har ikke skjedd noe i mellomtiden. Eller det er værre”...

...”Jeg var jo rusfri i 3 år og den dagen jeg sprakk tok jeg toget ned til byen og jeg dro til samme leilighet som jeg hadde kjøpt dop hos for 3 år siden. Og der satt to av de menneskene som satt der for 3 år siden og de... jeg kunne like gjerne bare vært ute og pisset! (latter) Det er sånn det er, ikke sant. De trodde faktisk at jeg kanskje hadde sittet inne i noen måneder, men i virkeligheten så hadde de ikke sett meg på 3 år!! ”...

”Jeg trodde aldri at noen hadde klart å være nykter i mer enn 3 år fordi, en gang for 100 år siden så hadde jeg klart å være nykter i 3 år. Og jeg trodde at 3

år var en magisk grense, ikke sant. Så når noen på fortalte at de hadde vært nykter i 11 år, så tenkte jeg nei, dette er nok ikke helt sant! Han må jo ha røyket noe, ikke sant, 11 år går det ann, tenkte jeg. I dag vet jeg liksom at det finnes folk i mitt miljø som har vært nykter i 26 år, en mann som ikke har drukket på 40 år og dette veit jeg fordi jeg kjenner han. Men den gangen så kjente jeg ingen.”

Det virker ikke som om det finnes noen magisk grense for når man kan anse faren for tilbakefall som over. Det våre informanter vektlegger sterkt er kontakt med andre som ikke ruser seg, tilgjengeligheten av et rusfritt miljø er svært viktig. Det å skifte ut venner og få et nettverk utenfor rusmiljøene poengteres av alle informantene våre som et viktig suksesskriterium for å fortsette livet som rusfri.

I tråd med Meads identitetsteori ser det ut til å være viktig å endre ”den generaliserte andre” og i den prosessen er ”den signifikante andre” en viktig faktor fordi ensomhet stimulerer til å trekke tilbake til den kjente rusen. Å ha kontakt med ”det ukjente” kan være lettere dersom man er to (kjæreste, samboer) eller i hvert fall har en ”guide” som er tilgjengelig (kontaktperson eller sponsor). Denne forbindelsen må være sterkere enn bare løse bånd, i kritiske faser trengs det kanskje tett oppfølging og dette er da ikke kontortid mellom klokken 8-16. Flere av informantene våre snakket om helgen som et stort problem i begynnelsen. Spesielt søndagene kunne bli veldig lange og det var viktig å ha noe å fylle disse med.

”Hjemme var det sånn at jeg, det var om å gjøre å ha det mest mulig rotete, for da kunne jeg ikke slippe inn folk. Og hvis noen ringte da så ”nei, det passer ikke” ”nei, jeg er litt sliten nå” eller den stilen der. Og det var så jævlig hjemme at jeg hadde ikke sjangs til å slippe inn noen, for det var den skammen. Men så etter hvert, som jeg ble edru, så bestemte jeg meg for at de greiene der det er ikke lov. Det spiller ingen rolle hvor fælt det er i huset ditt, du skal slippe inn folk. Og så begynte jeg med det, og så bare bet jeg i meg det vonde med hybelkaniner og klær utover overalt, og så bare har det dempa seg mer og mer. Sånn at det rotet er liksom ikke så stort tema da. Som det var. Jeg roter fortsatt

jeg, og samboeren min roter han også (ler), men det er et veldig farlig mønster for meg.”

...”Jeg må innrømme at ja, hvis jeg ikke går på møter og begynner å gi faen, ikke går på jobben min, ikke henter sønnen min, hvis jeg ikke holder avtalene mine, da er veien tilbake veldig kort. Det har jeg opplevd før. Gjemme litt her og gjemme litt der og sånn”...

...”Og det er noe med hele det og du får utrolig mye tid når du blir rusfri. Jeg tror det med sysselsetting, bygge nytt nettverk, finne på noe som vedkomne liker da, så det ikke blir så ensomt. Og mange har jo sosial angst, ikke sant. At man ikke blir glemt fordi nå er man blitt rusfri. Det er liksom da problemene kommer. Det å bli rusfri er på en måte er ikke hovedproblemet. Det er liksom en par tre uker så er det jo avgiftet eller hva det heter. Og da mener jeg at det er da problemene begynner”...

Det er mange faktorer som skal på plass for at man skal ha et godt liv. Kanskje er tidligere rusmisbrukere ekstra sårbare fordi den livsformen de har på mange måter har et kjent alternativ, ruslivet. Det virker ikke som om frykten for det tidligere livet i seg selv er nok til å fortsette livet som rusfri. Som nevnt i forhold til status er det ikke nok å få status som rusfri, livet må by på noe mer. Ensomhet er for mange en vei tilbake til rus. Rusen demper for dem følelser, vonde minner, frykt og angst, og ensomhet kan få disse følelsene opp tiloverflaten. Hvis det da ikke er noen der, eller man har noe å gjøre, er veien tilbake kort.

”...så bare jobba jeg da, hele tiden. Jeg husker jeg hadde to jobber den vinteren. Og ennå så var jeg så ensom og lei og trist...”

5.4: Gjeldsproblematikk

Vår forskning på veien ut av rusavhengighet viser til nå at relasjonen til *signifikante andre* i eller utenfor rusmiljøet og erkjennelsen av å ha nådd bunnen har hatt stor betydning for motivasjonen til å slutte med misbruk av rusmidler. En annen faktor mange beskriver som betydningsfull er plasseringen i det sosiale hierarkiet innenfor rusmiljøene. Alle informantene er opptatt av å

beskrive seg selv som en marginal person i det tidligere rusmiljøet.

... ”Jeg har vært veldig fristilt som individ i rusmiljøet og. Jeg har jo vært avhengig av personer og sånn for å få tak i stoff, men ikke noe sånn binding til at noe skulle holde meg der. Og det har vært veldig deilig sånn på veien ut og ikke å ha eller føle noe behov for tilknytning der. For det har jeg ikke gjort. Ikke en eneste gang etter at jeg og (samboeren) slutta så har jeg tenkt på å besøke eller ha møtt folk tilfeldig heller, jeg har vært veldig heldig sånn. Og det samme med samboeren min, vi var veldig mye sammen i miljøet og vi holdt oss en del for oss selv..”.

Dette kan handle om å ønske å fremstå som en liten skikkelse i et temmelig marginalisert miljø belyst ut i fra en rusfri tilværelse. Det gir ingen status eller høy posisjon å ha en fortid som nøkkelperson i et rusmiljø etter at man har gått ut og ikke lenger forholder seg til dette miljøet som ”generaliserte andre” med tilhørende normer. Alle informantene understreker sin lave- eller ikke-posisjon i dette miljøet. Likevel må en anta at det gir høy status å være en nøkkelperson innad i et rusmiljø når man er en *aktiv* deltaker.

... ”Det er butikk, det er som næringslivet. Og du får anerkjennelse dersom du har penger. Det er masse anerkjennelse, det de fine damene, ikke sant. Mange som ønsker å være med deg selv om du ikke så ut. Det hadde ikke noe å si. Du satt hjemme med en kilo, ikke sant, da er det mange som kommer og vil stille for deg, ikke sant. Der kunne damene bli de neste månedene så slapp de å selge seg selv for å få en dose. De neste månedene så trengte de ikke å gå ut å gjøre det ene og det andre. De kunne være der og rydde litt og ja, ligge med deg og sånn. Men jeg har riktignok ikke levd på denne måten, mine greier var å bytte tabletter mot dop, ikke sant. Jeg solgte tabletter, eller byttet dem mot noe. Sånn overlevde jeg. Det var mine greier. Jeg har vært ikke vært en av de store, ikke sant. Jeg har ikke vært noen stor brikke ikke sant. Jeg har ikke drevet med noen stor import av noe slag. Jeg har ikke vært noen stor brikke av noe slag. Det eneste som er godt med det er at i dag har jeg muligheten til å gå i denne byen her uten å bli truet...”

Informanten gir oss her innblikk i betydningen av status og ulike roller man kan

oppnå i et rusmiljø. Rollene og statushierarkiet har nok en ulik fremtoning dersom vi sammenligner de ulike rusmiljøene i forhold til de ulike rusmidlene.

Utsagn som: *"Jeg var ingen betydningsfull brikke i rusmiljøet"* eller *"jeg hang ikke sammen med det etablerte rusmiljøet verken på Plata eller i nærområdet her"*... Dette er utsagn som kan tyde på at man i stedet tok en klar avstand fra det etablerte eller synlige rusmiljøet. Den svake tilknytningen til et rusmiljø kan muligens ha vært en viktig faktor i veien tilbake til et rusfritt liv. Dette behøver ikke å ha vært en bevisst strategi i den perioden informantene hadde tilknytning til ulike rusmiljøer, men i ettertid ser det ut til at tilknytningen til rusmiljøet har hatt betydning for veien ut av avhengigheten. Flere av informantene sier i hvert fall at dette har gjort det lettere for dem å endre livsform og fremdelen bevege seg ute uten frykt for å treffe på det gamle nettverket.

Vi antar at informantenes status og rolle i deres rusmiljø kan ha hatt en stor betydning for veien ut av rusavhengigheten. Denne sammenhengen støttes også av forskningen til Solbakken & Tungland (1997). Selv om det gir *fordeler* med høy status innad i miljøet og kan lav status være en *fordel* på veien ut av denne livsformen. Vi har ellers ikke fokusert mye på status og roller innad i rusmiljøet, men i det informantene fortalte ble vi oppmerksom på at det er tydelige likheter og forskjeller i dette miljøet og det "streite" livet etterpå. Enkelt forklart ser det ut til at penger og tilgang på kapital er like viktig begge steder. Normen om at man ikke skal "snylte" på noen er den samme. Den som har tilgang på penger og rusmidler, eller bolig med sentral beliggenhet oppnår status og popularitet.

... "jeg var vel 22-23 år, jeg hadde leilighet på kjempefett, det var sånn vi sa på byen at jeg kunne krabbe hjem fra byen uten å få hull på knærne sa vi da. Og, det var jo kjempefint, det er bare det at når samboeren min flytta fra meg fordi at han var litt ... han var veldig snill og god gutt, men da han flytta så var ikke

jeg så veldig interessert i å betale på lån og sånn. Og på 80-tallet så var ikke det akkurat så veldig lurt...”

Dette er veldig likt mange andre, ”streite” miljøer. Flere forskere har poengtert at det internt i dette miljøet også finnes tydelige rangordninger, og at status i disse miljøene langt på vei baseres på de samme kriteriene som status i mange andre miljøer (Solbakken & Tunland 1997). En tydelig forskjell er nok likevel kravet til hvordan dette skaffes. Ulike miljøer ser ulikt på anskaffelse via kriminelle handlinger. Her er det vanskelig å skille skarpt mellom rusmiljøene og andre miljøer; graden av aksept for eksempelvis ”hvitsnipp-kriminalitet” er nok veldig varierende. Inntrykket vårt er likevel at aksepten er større i rusmiljøet enn hos majoriteten av befolkningen for øvrig.

Det ligger kanskje i sakens natur, i hvert fall der det omsettes illegale rusmidler i utgangspunktet, at å spørre om hvor pengene kommer fra er å kaste kampestein i glasshus. Derfor tror vi at selv om synet på ulike former for kriminalitet varierer sterkt både mellom ulike rusmiljøer og ulike andre miljøer, er aksepten ofte høyere i rusmiljøene. I tillegg har det betydning hvordan pengene skaffes. Det etiske eller moralske aspektet er tydelig, noen miljøer anerkjenner visse former for økonomisk kapital sterkere enn andre, ikke bare handler det om at du har penger men disse er skaffet på rederlig vis. For noen handler det da om lovlighet, har du ikke begått kriminelle handlinger så er det greit. Andre vil ha en strengere moral, som at ikke andre mennesker skal utnyttes, at alle involverte får anstendig lønn og lignende.

...”det har vært veldig opp og ned, ja. Jeg har bodd veldig mye ikke på gata men hos forskjellige folk og rundt omkring og her og der. Jeg har alltid hatt mye penger når jeg rusa meg, derfor har ikke det vært så mye problemer for meg. Derfor har jeg unngått hospits og sånn, men har bodd i små leiligheter. Men det er sånn i stoffmiljøet at hvis kan har penger så blir man alltid tatt godt imot, hvis man ikke har det så blir man jo bare en snylter ikke sant. Sånn er det jo, og

det vil ikke jeg være så jeg, uff av meg, jeg svindla banker. Tok ut nesten 2 millioner på andres stjålne ID-kort. Som jeg i dag sitter og har masse gjeld på og sittet i fengsel og... men poenget er at det måtte jeg, måtte jo gjøre det og heller det enn å gå uten knark eller... Men jeg blåser i det nå, jeg har alltid greit å ha mye penger og derfor har det alltid vært greit for meg.”...

Hvordan omskape disse erfaringene inn i deres rusfrie tilværelse? Når vi spør dem om hvordan det oppleves å være rusfri så uttrykker de fleste at de savner rusen men samtidig er de klar over kostnadene ved å starte på ny. Denne erkjennelse ser ut til å være en drivkraft til å holde seg borte fra de rusmidlene de tidligere har misbrukt. Og ingen av dem oppgir at de savner rusmiljøet. Det kan nærmest virke som om deres marginale sosiale posisjon i rusmiljøet setter en demper på den sosiale avhengigheten til dette miljøet.

...”Det er viktig å jobbe med gjeld fordi det er enorme summer. Der er liksom sånn; vi ordnet penger på den måten vi kunne gjøre det uten å prostituere meg. Ja, vi snakket om det her om dagen, samboeren og meg at ’søren at ikke jeg prostituerte meg’... det var dumt sagt. Men da hadde jeg vært ferdig med den gjelden, liksom. Men da hadde jeg kanskje slitt med andre ting...”

”... i dag har jeg muligheten til å gå i denne byen her uten å bli truet. Jeg har ikke noe gjeld. Jeg kjenner folk som har havnet tilbake fordi de har hatt så mye gjeld. En greie som jeg har gjort etter at jeg var ferdig med rusen var at jeg skyldte 10 000 kr. Og de første pengene som jeg klarte å spare opp, det var 6000, 00 kr. Det betalte jeg tilbake. Det er det eneste jeg har gjort. Og han som jeg skyldte pengene sa, at du skylder meg 4000 til men dem skal du drite i. Du skal bare forsvinne herfra. Jeg takket og bukket og ja, jeg har aldri ringt ham eller han har ringt meg etterpå. Han sa: du er nykter og du skal være nykter. Han var fair, ikke sant.”

Knyttet opp mot det at mange nå må skaffe penger på en annen måte enn før blir det vanskelig å håndtere gjeld. Mange skylder mye penger, ikke nødvendigvis på grunn av kriminalitet, men like mye manglende betaling av regninger, skatt og så videre som hoper seg opp over tid. Dette kan virke nærmest uoverkommelig. I tillegg har mange mistet inntektsgrunnlaget sitt, enten det var

en godt betalt jobb eller andre kilder. Noen må i fengsel i forbindelse med ulike dommer, og det er jo ikke lønnsomt. Bare det å søke permisjon eller ta ferie for å gjennomføre behandling kan være vanskelig, i hvert fall sosialt sett, hvis man trenger mer enn et treukers-opplegg.

Kravene samfunnet stiller dersom man trenger økonomisk støtte eller hjelp med gjeld er ganske strenge. Brukeren har liten kontroll over egne midler, og det dreier seg generelt om lite penger for de fleste. Dette kan bli en stor overgang. Selv om den sosiale rollen i rusmiljøet kanskje var marginal, har våre informanter hatt god tilgang på penger og dermed rusmidler mens de ruset seg. En annen ting er at forbruket til tider var høyt og prioriteringene normbrytende. Det var ikke nødvendigvis regninger som ble prioritert først, og den daglige omsetningen til rusmidler var tidvis svært høy. Dette bidrar kanskje til at noen synes det er vanskelig å prioritere slik som sosialtjenesten gjerne vil.

5.5: Status som rusfri - en endring av status- eller?

Mange kan oppleve det som vanskelig å forholde seg til normer og forventninger i det rusfrie livet, og det tar tid å finne sin rolle og posisjon. Vi velger her å knytte betegnelsen ”statusendring” til informantenes endring av livsform fra rusmisbruker til rusfri. Status er i denne sammenhengen en betegnelse som både innebærer begreper som identitet, posisjon og rolle og består av en rekke faktorer. En viktig faktor synes også her å være økonomi. Vi har allerede skrevet noe om de praktiske problemene knyttet til økonomi, men dette handler også om identitet, posisjon og status i samfunnet.

Vi nevnte tidligere at det internt i rusmiljøet også finnes tydelige rangordninger, og at status i disse miljøene langt på vei baseres på de samme kriteriene som status i mange andre miljøer. Det kan virke som om penger og nettverk danner

grunnlag for makt og anerkjennelse på samme måte som i store deler av samfunnet forøvrig. Vi merker et tydelig fokus på dette hos flere av informantene.

...”Men jeg hadde en jobb hvor jeg tjente veldig bra, jeg tjente egentlig altfor bra, sånn at det, da var jeg i et ganske allright data-firma, men det ga liksom rom for å drikke det og.”...

...” F. eks noen ganger ”spanderer” noen dop på deg og noen ganger må du gjøre det samme tilbake eller til andre. Det er butikk, det er som næringslivet. Og du får anerkjennelse dersom du har penger. Det er masse anerkjennelse det, de fine damene, ikke sant. Mange som ønsket å være med deg selv om du ikke så ut. Det hadde ikke noe å si. Du satt hjemme med en kilo, ikke sant, da er det mange som kommer og vil stille for deg, ikke sant. Der kunne damene bli de neste månedene så slapp de å selge seg selv for å få en dose. De neste månedene så trengte de ikke å gå ut å gjøre det ene og det andre. De kunne være der og rydde litt og ja, ligge med deg og sånn..... Men jeg har riktignok ikke levd på denne måten, mine greier var å bytte tabletter mot dop, ikke sant. Jeg solgte tabletter, eller byttet dem mot noe. Sånn overlevde jeg. Det var mine greier. Jeg har ikke vært en av de store. Jeg har ikke drevet med noen stor import av noe slag. Jeg har ikke vært noen stor brikke ”...

Langt på vei virker det altså som om status fungerer på samme måte i rusmiljøet som ellers i samfunnet, og kanskje særlig likt næringslivet og de miljøene som fokuserer på penger og utseende; de pene damene gir status, og har du penger både rydder de for deg og ligger med deg selv om du ikke er pen. Har du penger er du velkommen, men ingen liker snyltere som bare bruker uten å bidra. Denne sammenligningen kan også gjelde måten å tenke på i rehabilitering, det kan virke som om tankesettet er likt:

...”jeg har vanvittig tro på coaching, jeg må bare si det fordi at når det gjelder behandling av rusmiddelavhengige så... Jeg tror at coaching ufarliggjør behandlingen. Eller endring. Og det er liksom, det blir litt lettere å være deltager underpåvirkning av coaching når man vet at næringslivsledere bruker de samme verktøyene, for å bli bedre til å bli seg selv eller bedre egnet i rollen, ikke sant

det. Og jeg er jo rett og slett allergisk mot å sitte og bli belært eller moralistisk da, litt sånn synes det er helt fælt, jeg får helt krympninger, jeg fryser og alt mulig og jeg vet veldig ofte at den jeg snakker med gjør det av de beste intensjoner og alt mulig så jeg får sånn... men jeg blir altså så følelsesmessig frustrert av det at jeg får, uff, grøsninger ja, med mer...”

Status er et komplisert begrep. For å kunne snakke om høy og lav status forutsetter det en rangert verdsetting av en rekke variabler rundt personen i form av eiendeler, livsgrunnlag, venner, familie og utdanning, med mer. Hva som verdsettes avhenger av kultur og miljø, selv om noen ting er mer universelle enn andre. Det som gir status i ett miljø, for eksempel å være tynn, er mindre viktig i andre miljøer.

Det kan diskuteres om penger alltid gir høy status, men dette er i hvert fall en av de mest universelle statusmarkørene vi finner i dagens samfunn. Her kan vi se en tydelig parallell mellom rusmiljøene og næringslivet, penger er viktig. Vektleggingen av tilgang til økonomiske ressurser som grunnlag for status varierer nok sterkt, men det er sjelden helt uten betydning. En del miljøer, som akademia, er mindre opptatt av dette enn de fleste andre, men det er likevel ikke uten betydning. Høyt forbruk av rusmidler er en relativt dyr vane enten det er snakk om alkohol, piller eller illegale rusmidler. God tilgang på penger er derfor en fordel. Spørsmålet vårt er derfor hvordan dette stiller seg når man skal skifte livsstil og leve et ”sosialt akseptert liv”. Ikke bare må man endre vaner i forhold til rusmidlene, men ofte også i forhold til anskaffelse av penger. De fleste i vårt materiale hadde vært involvert i en eller annen form for kriminalitet knyttet til penger. Mange hadde derfor stort pengeforbruk og var vant til å klare seg selv økonomisk. Måten dette ble skaffet til veie på medførte likevel at de i ettertid har stor gjeld. Selv de som ikke direkte drev med økonomisk kriminalitet sliter ofte med gjeld på grunn av flere år med manglende betaling av alt fra skatt til telefonregninger. Dette aspektet fører til at de starter sitt rusfrie liv med det de selv betrakter som lav status; de kan ikke skaffe seg de statussymbolene de

ønsker seg og må faktisk gå ned både i pengeforbruk og anseelse. Mange må ha økonomisk hjelp fra det offentlige, og dette setter igjen krav til ”fornuftig disponering” av midlene. Samfunnet, og ikke minst sosialtjenestene, opererer med en rekke normer for hva som er akseptabel disponering. Det knytter seg sterke forventninger til å gjøre opp for ”gamle synder” før man fritt kan bruke penger på det man selv vil.

...”For eksempel da vi skulle ha dåp, og trengte selvfølgelig penger til den, så jeg søkte sosialkontoret. Jeg fikk avslag, men så fikk jeg en etterbetaling fra NAV på 12 000 kroner. Og de brukte jeg til en ordentlig dåp, med middag og kaker og fint og det ble bråk på sosialkontoret det. Fordi at de pengene ble inntektsberegnet på meg, men jeg sa at det kan dere ikke gjøre jeg har ikke de pengene for jeg har brukt dem på dåp. Det kunne jeg ikke gjøre, sier de. Jeg måtte holde dåp etter min inntekt. Skulle jeg servere rundstykker og brunost da, ville du gjort det kanskje? Nei, det ville hun kanskje ikke. -Nei, jeg tror ikke sosialsjefen her heller ville gjort det sier jeg. Nei det ville han nok ikke sier hun. Og det gjør heller ikke jeg. Sånn at de pengene er brukt, og de har gått til dåp. Men jeg fikk ikke noe mer støtte da, og det er jo en skjønnsmessig vurdering. Jeg har lest gjennom lovverket deres for jeg klaget det inn til fylkesmannen, men det er en skjønnsmessig vurdering som de like gjerne kunne sagt ja på som det de sier nei, ikke sant. Og så sitter de med makt da til at de faktisk kan styre hvordan jeg skal kunne stelle i stand dåp til og med. Man føler seg ganske liten, eller overlatt til...”

Denne statusendringen kan være vanskelig å håndtere. For det første stilles det en rekke krav til livsførsel for å bli akseptert som rusfri; ikke bare det og ikke ruse seg men også andre deler av livet. Det dreier seg om helt konkrete ting som bolig, jobb eller studier, fritidsaktiviteter, klær og fysisk framtoning. Mange uten problematisk rusbruk setter nok det å ha et kontrollert forhold til rusmidler så

høyt at de tenker lite på ulempene med å slutte. Det kan derfor virke som problemet kun knytter seg til de fysiske og psykiske reaksjonene, som abstinenser eller press fra tidligere omgangskrets og ”pushere” til å fortsette og ruse seg. Kanskje tenker man at det å misbruke rusmidler i seg selv er såpass stigmatiserende at bare dette fjernes vil personen oppnå nok anseelse til å få et godt liv. Men kanskje er dette feil. Som rusmisbruker eller alkoholiker har man et miljø å forholde seg til og en eller annen posisjon i dette miljøet. Man kjenner normene og reglene for det sosiale samspillet. Det kan derfor være krevende å endre sin rolle og posisjon i samfunnet, hvis man ikke er rusmisbruker hvem er man da?

... ”Og så handler det om bekreftelser, og man har sin posisjon. Og når man ikke har den posisjonen lenger så har man ingenting. Da har man mista sin plass i samfunnet da. Eller det samfunnet man er en del av i hvert fall. Fordi at ikke jeg hadde funnet min plass riktig, jeg hadde ikke funnet min plass ute i det nyktre livet enda. Nå går jo det seg til allikevel, jeg har jo skolen og sånne ting så nå er jo ting litt bedre igjen.”...

Hvilken status man skal ha i samfunnet som tidligere rusavhengig er vanskelig. På den ene siden er ønsket om å leve et sosialt akseptert liv uten rollen som rusmisbruker sterkt hos informantene vi snakket med. De ønsker å bli behandlet som ”alle andre”, men hva innebærer det? Avhengig av hvem man sammenligner seg med kan det være vanskelig å bli som ”alle andre”. Ofte er ønsket om boligstandard, klær og utdanning i likhet med veletablerte mennesker på samme alder vanskelig å få til når man har mistet mange år av livet som andre har brukt på å bygge opp dette.

... ”Så, når man kommer til seg selv så begynner man å ønske å være ordentlig også da. Og da, for å ha et sosialt nettverk og føle seg på høyden, ikke det at det går så mye på økonomi ikke sant, men at hvis jeg skal invitere folk til min leilighet med nye venner og sånn, uten å legge ut hele bakgrunnen min, nå er

ikke det så farlig for meg, men enkelte ønsker jo ikke det. Så skal du liksom sitte på møbler som er litt fra her og litt fra der. Altså vil det synes da, i begynnelsen. Og der kommer økonomi inn. Og så er det å få være med på ting. Det koster. Å si hele tiden si nei takk, det handler også om økonomi. Sånne småting da. Økonomien den kommer og så har du den gjelda...”

Det kan se ut som om det er veldig viktig å bli tatt på alvor som ikke-rusavhengig, som straight og nykter samfunnsborger. På en måte fremstiller våre informanter det som en forutsetning for å kunne gli inn i denne rollen at andre også aksepterer og behandler deg som det. Men det varierer i hvilken grad denne posisjonen skal være akkurat som ”alle andre” eller om ”tidligere rusmisbruker” er en egen posisjon i samfunnet. Som tidligere rusmisbruker har du noen erfaringer som skiller seg fra mennesker som alltid har vært nyktre, og som er tydeligere definert enn om du bare har prøvd (”eksperimentert med”) rusmidler eller vært med på litt ”utagerende festing” i perioder. Men overgangene her er ofte utydelige, og man kommer fort inn i en diskusjon rundt hva det vil si å være ”rusfri”.

5.6 Nettverkets betydning

Mange av informantene våre sier at ettervern har vært veldig viktig. Noen behandlingsmodeller har direkte koblinger til ettervern, mens andre har funnet sitt eget ”ettervern” ved å engasjere seg i interesseorganisasjoner og andre frivillige organisasjoner. Noen har måttet tvinge seg selv til å motta eller gå på besøk for å unngå isolasjon. Et behandlingsopplegg hadde dette som krav; der måtte de i en periode besøke hverandre et visst antall ganger i uka. Dette opplevdes som litt stressende, men samtidig som veldig fint og en god måte å komme i gang med å danne varige vennerelasjoner.

Mange er engasjert i ulike interesseorganisasjoner, og slike nettverk kan være viktige for tidligere rusavhengiges sosiale liv og tilknytning til relasjoner. Det er viktig å understreke at dette ikke gjelder alle vi har intervjuet. Enkelte ønsker å komme seg videre uten å bli hengende fast i tidligere rusmiljø eller brukerorganisasjoner. Vi antar at behovet for brukernetttverk kan ha sammenheng med hvorvidt man har et nettverk utover det etablerte rusmiljøet. I vårt utvalg varierer graden av nettverk utover tidligere rusmiljø men flere av informantene sier noe om behovet for å gi noe tilbake ettersom de har greid å bli rusfri. Dette kan ha sammenheng med tidligere rusavhengiges behov for å engasjeres seg i arbeidet med å hjelpe andre ut av den samme rusavhengigheten som de slev har vært en del av. Dette beskriver Biernacki (1986) som en del av det og ”å gjenreise” det sosiale rom hvor de ikke trenger å ta hensyn til deres egen erfaring som rusavhengig. Dette gir dem en frihet til å møte andre mennesker som aksepterer dem og som de har muligheten til å vise at endring er mulig ovenfor. På denne måten oppnår tidligere rusavhengige to målsetninger: de blir sett og anerkjent samtidig som de har muligheten til å skape sin eget levebrød, nemlig å selge sin kompetanse som tidligere rusavhengig. En slik tankegang har vært viktig for 12-trinnsmodellen og flere andre private initiativ som religiøse og ideologiske behandlingsnettverk. I den senere tid har det også dukket opp private foretak som har som hensikt å stimulere tidligere rusavhengige til grundervirksomhet. Noe av ideen er hentet fra næringslivet i form av en coahing filosofi. En av informantene var veldig opptatt av denne måten å tenke behandling av rusavhengige på og beskrev det på følgende måte:

...”Jeg tror at endring handler om gjentakelser, jeg har vanvittig tro på coaching, jeg må bare si det fordi at når det gjelder behandling av rusmiddelavhengige så... Jeg tror at coaching ufarliggjør behandlinga. Eller endring. Og det er liksom, det blir litt lettere å være deltager under påvirkning av coaching når man vet at næringslivsledere bruker de samme verktøyene, for å bli bedre til å bli seg selv eller bedre egnet i rollen, ikke sant...”

Beskrivelsen sier oss noe om hvilket forhold informanten har av rusbehandling. Ved å trekke paralleller til næringslivet oppvurderer informanten behovet for eller nytten av rusbehandling. Kanskje man kan hevde at en slik tankegang oppjusterer ideen om hva rusbehandling skal fokusere på? Det kan virke som om rusbehandling har en dårlig klang i ørene til de informantene som har hatt flere langvarige opphold uten å bli rusfri i etterkant. Det kan virke som om innholdet i behandlingen ikke representerer disse informantene men ved å trekke paralleller til næringslivet oppjusteres meningsinnholdet i denne prosessen. For å lykkes med slike tiltak må mytene om den rusavhengige endres.

Samtidig er det viktig at dette gjøres innenfor rammer der den tidligere rusavhengige ikke står alene. Å være del av et nettverk, eller ha tilgang på profesjonell hjelp, er viktig. Hvis ikke kan ønsket om å redde andre føre til at man selv blir utslitt.

... ”Vennene i rusmiljøet var viktige. Det var vennene mine og de var veldig viktige for meg i den perioden jeg rusa meg. Mange av dem er dessverre døde i dag. Av dem som fremdeles lever har jeg liten eller ingen kontakt med. Jeg prøvde i en periode å hjelpe dem men jeg greide ikke å holde motet og håpet mitt for dem oppe over tid. Det ble for slitsomt med alle løgnene, jeg kjente dem igjen fra mitt tidligere liv som rusavhengige. Det ble for vanskelig for meg å holde humøret oppe og gi dem et håp. Jeg ville jo at de skule oppleve det samme som jeg hadde gjort men den jobben ble for tung for meg. Nå har jeg flyttet og kuttet all kontakt med dem...”

5.7: Det offentlige og profesjonelle hjelpere

Flere av våre informanter har i lengre tid hatt kontakt og oppfølging med sosialtjenesten/NAV. Årsaken til kontakten med NAV har vært at de har vært uten arbeid i store deler av perioden som rusavhengig. Alle våre informanter er i dag enten i jobb eller student i høyere utdanning. Flere av dem er opptatt av

hvordan de opplever møtene med det offentlige i overgangen til en rusfri tilværelse.

”... Jeg kom dit (til boligkontoret) for å lære å søke på Finn.no. Den gangen var jeg ikke så flink til å drive meddata. Da jeg kom dit så lot hun meg ikke prate. Jeg hadde håpet at hun kunne sette seg ved siden av meg for å gå igjennom finn.no, ikke sant. Jeg hadde bare hørt om finn.no, og de mulighetene men jeg visste ikke hvordan man kom seg dit, ikke sant. Så var jeg veldig flau, fordi det var vanlig for oppegående mennesker å kjenne bedre til internett og finn.no. Det jeg kom dit for å gjøre var å prate med henne og at hun skulle sette seg sammen ulike målsettinger for samtalen med meg og gjennomgå finn – sidene med meg. Og se om det fantes noen ledige hybler eller leiligheter. Og hjelpe meg med å ringe de første to gangene, ikke sant. Jeg hadde ikke den tryggheten jeg har nå, ikke sant. Nettopp rusfri, ikke sant. Det var skummelt å ringe, ikke sant. Jeg var litt nervøs for å få nei, ikke sant. Jeg var nervøs for det. Hun lot meg ikke prate ferdig, før hun begynte å skrive en lapp til meg om hospitsplassen. Jeg sa: hva er det du snakker om, ikke sant?? Jeg er 100 % sikker på at hun ikke hadde kompetanse på faget her. Hun var en vanlig sosionom, som hadde blitt satt der, som en nødløsning. Hun ringte meg etterpå og skjelte meg ut og sa at jeg var utakknemlig, fordi jeg ikke tok imot den plassen!! Jeg bare sa: ha det bra, jeg vil ikke prate med deg. Du har ødelagt nok. Dette kunne ha ødelagt men jeg er sterk og lot meg ikke knekke. Heldigvis så hadde jeg personer, så når jeg gikk ut fra sosialkontoret, så ringte jeg en i mitt nye nettverk og de sa at: kom her så skal vi hjelpe deg. Og de sa videre: hvorfor spurte du ikke oss først? Jeg sa: jeg var flau, ikke sant. Jeg var 42 år den gangen og kunne i bruke PC, ikke sant. Jeg syntes det var flaut..”.

Denne beskrivelsen sier noe om ulike målsettinger for samtalen. Informanten var opptatt av å lære seg bruken av internett mens saksbehandler var mer opptatt av å informere om hvilke botilbud som var aktuelle. Informanten opplevde denne situasjonen som krenkende og i liten grad til hjelp for den videre prosessen med å finne et passende sted å bo. Det kan virke som om opplevelsen av krenkelse hadde sammenheng med og ikke bli hørt i forhold til de ønsker informanten hadde for denne samtalen. Beskrivelsen og sinnet til informanten kan tolkes som en erkjennelse av å bli møtt som ”en rusavhengig” uten ambisjoner om å kunne tilfredsstille et ordinært botilbud. En slik opplevelse

provoserer frem et sinne og en frustrasjon som det er verdt å ta på alvor. Opplevelsen av og ikke å bli tatt på alvor i en slik situasjon er verdt å reflektere over.

... ”Det er veldig viktig i forhold til barnevernsarbeid og sånne ting at man involverer og snakker med barn selv om det er barn, og selv om det er tenåringer eller hva det er som tvangssendes hit. For allerede da starter den utstøtingen som fortsetter i forhold til voksne, det er jo å støte ut folk av eget liv. Det er ganske alvorlig. Og det gjør veldig mye med det barnet, tenåringen, voksne eller hvem det er som opplever det. Det med interaksjonen. (stillehet) Det jeg opplever litt er at som saksbehandler sitter man med mye makt i forhold til fordeling av goder, i noen tilfeller sanksjoner, og det gjøres på skjønnsmessige vurderinger, der har vi ikke-jurister som begynner å tolke lover og det er skumle greier synes jeg. Det går på rettssikkerheten løs. Og sånn skal det faktisk ikke være. Folk begynner å tolke lover om rettigheter, men tolker lover om mye og det blir tolka utifra deres egen praksis...”

Det er sikkert ikke så lett i en stressende hverdag å ta seg tid til å høre etter. Kanskje er det heller ikke alltid lett å forstå hva klienten ønsker, det uttrykkes kanskje ikke alltid klart. Grunnen kan være at klient og hjelper ikke forstår hverandre fordi de bruker ulikt språk og begrepsapparat. Dette kan forsterkes hvis klienten ”pakker inn” informasjon, kanskje de skammer seg over det de trenger hjelp til og dermed oppstår det misforståelser. Hjelpeapparatet kan heller ikke se bort fra at noen forsøker å få mer hjelp og penger enn de har krav på, og dette kan fra klientens side oppfattes som unødvendig kontroll og mistenkeliggjøring:

... ”Ja, de kontrollerer veldig, de bruker jo mer tid på la oss si at jeg skal sende en søknad om støtte til livsopphold bruker de ti ganger lengre tid på å kontrollerer at det jeg sier er riktig framfor å bruke energien sin på å hjelpe. Man blir møtt med en mistillit som ikke ligner noen ting, alt skal dokumenteres i hytt og gevær. Hva man har brukt og ikke brukt og har man brukt for mye så skal det straffe seg med for lite måneden etter og, nei...”

Mange av informantene har tidlig vært i kontakt med ulike offentlige instanser, det være seg sosialkontor, barnevern eller politi. Disse erfaringene trekker de jo med seg inn i den voksne tilværelsen og forsøket på å leve et rusfritt liv. Kanskje forventer hjelperen en respekt og en rekke holdninger fra klientenes side som ikke nødvendigvis henger sammen med hva de selv har opplevd fra det offentlige:

...”Jeg skulle ønske at hjelpeapparatet var mer serviceorientert. Mine erfaringer med sosialkontoret er alt annet enn det. De trodde aldri på meg. En gang da jeg ble flyttet i et fosterhjem, var denne familien veldig opptatt av at jeg skulle være ærlig om alt jeg bedrev. De spurte gang på gang om jeg ruset meg og jeg tenkte at jeg fikk jo være litt ærlig da. Jeg sa at jeg har prøvd noen piller med mange farger. Dette var jo ikke helt sant da men jeg tenkte at jeg fikk si noe slik at de trodde at jeg var litt ærlig, i alle fall. Dette skulle jeg aldri ha gjort. Deres reaksjon var å kaste ut alle tingene jeg hadde gjennom vinduet slik at tingene lå i huger utenfor huset. Det neste de gjorde var å låse døren til huset og kjøre av gårde i bilen deres. Og der stod jeg, uten tilgang på telefon og med alle tingene mine strødd utover. Jeg tenkte: husket jeg feil, sa ikke de at det var viktig å være ærlig? Jeg hadde jo ikke engang vært ærlig, jeg pyntet litt på mitt rusbruk. Jeg kunne jo ikke si alt. Vi bodde langt inni skogen og jeg måtte få tak i noen som kunne hjelpe meg med tingene. Hva om det begynte å regne? Jeg klarte å komme meg inn igjen i huset og fikk ringt til en venn av meg som hentet både meg og tingene. En av de neste dagene ringte jeg sosialkontoret, jeg var jo husløs og uten penger... Reaksjonen i andre enden var at jeg hadde gjort innbrudd!!! Jeg prøvde å forklare men det hjalp lite. Hun bare fortsatte med at jeg hadde gjort innbrudd og at familien ikke ville ha noe med meg å gjøre”...

...”Men jeg har jo vært tvangssendt på forskjellige barnevernsinstitusjoner og sånn, og da er det jo ingen som har tatt meg med, da har det jo ikke vært noe spørsmål og kan vi diskutere hvilket sted som passer for deg for eksempel, eller bort skal du men du kan jo kanskje være med å bestemme stedet. Det ville jo vært en ide tenker jeg, at uansett hvor gammel man er så hvis man skal bo et sted så burde man jo få være med å bestemme det selv. Men da ble beslutningen bare tatt over hodet på meg. Jeg bare møtte opp til noe de kalte møte og så sto politiet og venta på meg. Så kjørte de meg rett av gårde...”

Kanskje er det ikke så rart om mange ikke føler stor lojalitet til et system som tidligere har løyet for dem og behandlet dem alt annet enn respektfullt. Vi lur

litt på om en del av det å være profesjonell handler om å anta at man vet best og derfor verken behøver å involvere eller informere brukeren i særlig stor grad. Spesielt hvis denne brukeren er et barn, en rusmisbruker eller andre man ikke anser og ”å vite sitt eget beste”. Dette har muligens blitt bedre i det siste med større fokus på brukermedvirkning/involvering, og er ikke er tema vi vil gå nærmere inn på i denne rapporten. Det er bare et tankekors at den atferden vi kritiserer hos noen brukere er den samme som hjelpeapparatet selv, kanskje ubevisst, har lært dem.

Vårt inntrykk er at for å kunne hjelpe noen som har rusproblemer er det viktigste man kan gjøre å lytte. Det høres så enkelt ut, og det står i ”alle lærebøkene”. Likevel er det vi opplever at har vært et hinder på veien ut av rusproblemene. Man sier at man lytter, men man hører bare det man tror man skal høre. Rusproblemer er fremdeles stigmatiserende, og kanskje noe av det vanskeligste man kan oppleve. Det anses ofte å være selvforskyldt, dermed er du ikke ”verdig trengende” for hjelp på samme måte som ved mange andre sykdommer.

5.8: Ressurser og kapitalformer

Bildet av rusmisbrukeren som ressurs svak kan også være et problem; vi opplever ingen av våre informanter som ressurs svake. Kanskje er dette et trekk ved dem som lykkes i å endre livet sitt, og dermed et særtrekk ved våre informanter som skiller dem fra andre med rusproblemer. Men historiene deres sier noe om at de ikke alltid har framstått på den måten. Noen av informantene definerte seg selv som ressurssterke i intervjuene, og vi spurte da hva de la i det begrepet.

... ”Altså, jeg er verbalt god til å snakke for meg. Altså jeg var ikke det før, men gjennom studiene nå så har jeg jo lært meg mye mer hva folk kan og ikke kan og jeg kan sette den grensa og si nei. Jeg har jo ikke noen opplysningsplikt fordi om jeg har vært narkoman. Før så vill jeg helt sikkert blitt sånn liten og man tar

plass som den der lille misbrukeren igjen, som ikke har ingenting å si. Og den sitter...”

Ressurser er ikke bare noe man har, det er noe man opparbeider og kan benytte seg av når det blir lagt til rette for det. De fleste mennesker har ulike egenskaper som kommer fram i gitte situasjoner. Den samme misbrukeren som blir liten og overkjørt i møte med hjelpeapparatet kan være selvstendig og sterk i rusmiljøet og takle situasjoner der ”hjelperen” nok hadde løpt hjem med hjertet i halsen. Dette ser vi også i Sandberg og Pedersens (2007) sitt studie, der poengteres det at guttene viser en annen side i møtet med hjelpeapparatet enn når de er i gjengen og selger dop. Men hvem har ikke ulike egenskaper som kommer fram i ulike situasjoner? Til dels kan dette, som nevnt i Sandberg og Pedersens (2007) være en strategi for å oppnå noe. Men det behøver ikke å være så bevisst. Kanskje er det for eksempel tidligere erfaringer med møte med offentlige instanser, som nevnt tidligere, som bringer frem en følelse av hjelpeløshet og hindrer personen i å fremstå som ressurssterk.

Vi har ikke spurt våre informanter om deres sosiale, økonomiske eller utdanningsmessige bakgrunn. Likevel vurderer flere av våre informanter utdanningsnivå og arbeid som viktige verdier i deres nåværende liv og underveis i deres liv som rusavhengig. Waldorf (1983) har gjort en studie av betydning til sosial status og rusavhengighet og fant at middelklasseavhengigheten (vår oversettelse av: *Middle class addict*) kjennetegnes av en oppvekst preget av gode kår og har ofte selv høyere utdanning. Deres argumentasjoner for livsformen som rusavhengig kjennetegnes ofte av sofistikert argumentasjon og en markert avstand til andre rusmiljøer og rusavhengige. Den siste beskrivelsen har vi også belyst tidligere i rapporten. Våre informanter kjennetegnes av en tydelig avstand til andre rusmiljø og former for rusavhengighet. De markerer denne avstanden ved å understreke betydningen av egen erkjennelse, koblinger

til yrkeslivet og høyere utdanning.

”... Jeg er oppfostret i et forholdsvis møblert hjem. Moren min skulle bare ha snille, pene og rene barn, ikke sant...”

...” Jeg hadde jo jobbet tett med eiendomsmeglere, hatt visning i helgene og kveldene. Jeg var jo på do og sniffet og hadde med stoff på jobb og hele den pakken. Det eneste de visste var at min samboer hadde hatt problemer tidligere. Jeg jobbet jo sammen med dem, de trodde jo ikke at jeg var misbruker. Det var som når faren min hadde hørt rykter om at jeg var misbruker da, men nei det trodde han ikke noe på. Fordi det var liksom den typen som satt med langt ustelt hår og ikke vasket seg, på Plata i Oslo da...”

”Jeg følte meg litt som ”the malboro man”. Var uovervinnelig, nå må jeg finne rollen som edru. Det var på en måte som ”fløyelsfylla”. Det var en livvstil, jeg bare ventet på fredagen!!! Det ble etter hvert slitsomt å drikke, det kroppslige ble styrende. Jobben er den siste redningen uten den er det ingen strukturer som holder deg tilbake. ”

Likevel kan ser vi også kjennetegn ved våre informanter som ligner Waldorfs beskrivelse av den gateavhengige (vår oversettelse av: *”street addict”*) (Waldorf 1983). I Waldorfs studie kjennetegnes denne avhengigheten som personer som har vokst opp i arbeiderklassehjem med tidlig rusdebut. Vi ser i vårt at studiet at flere av våre informanter også kan passe inn i denne beskrivelsen, spesielt i forhold til tidlig rusdebut og kontakt med barnevern og politi.

Vi har som nevnt tidligere ikke spurt våre informanter om deres bakgrunn i forhold sosial status, da dette ikke har vært vårt hovedfokus. Vi mener likevel at det muligens eksisterer noen myter om at den rusavhengige er en person uten jobb, utdanning, utslitte familieband og svak sosial integrering i vårt samfunn. Studier av hvem som kommer til rusbehandling kan være med på å opprettholde slike bilder av den rusavhengige¹. Vi mener at kjennetegnene på hvem som

¹ Se f. eks Sirius sine studier av de nasjonale klientkartleggingsskjemaene (Sirius 2008).

kommer til rusbehandling ikke nødvendigvis stemmer med våre informanter. De fleste av informantene er opptatt av kompetanse og et yrkesliv i deres rusfrie tilværelse. Deres ambisjoner og krav til tilværelsen er svært høy. Dette kan indikere at idealene deres harmonerer med en orientering mot middelklasseverdier med arbeid og utdanning som to viktige faktorer og forventninger til dem selv.

Samfunnsanalyser har vært opptatt av menneskers interne rangordninger, ofte med utgangspunkt i økonomi eller ”økonomisk kapital” (Marx, Weber) men også i form av symboler, kunnskap og kultur (Giddens, Bourdieu mfl). I denne sammenhengen kan det synes som om rusavhengige generelt anses som tapere eller lavt rangert. De ”narkomane” omtales ofte som en svak eller marginalisert gruppe i samfunnet, mennesker vi skal synes synd på og som trenger hjelp fore å få et bedre liv.

”... det handler om det overgrepet. Spør meg da ikke om hva man skal gjøre f. eks med veldig utagerende tenåringer og sånne ting for jeg har ikke noe godt svar på det heller, men jeg synes ikke i så fall, hvis man som ytterste konsekvens må bruke den tvangen så er samhandling med den personen det gjelder veldig viktig. Å finne steder og ta seg god tid til å reise rundt og se på steder og ikke bare sånn som jeg ble tvangssendt i hytt og vær... Jeg var vel på fem forskjellige steder i løpet av ett år som jeg bare ble sendt rundt som en sånn postpakke, og det eneste som skjedde var jo at jeg stakk av. Jeg begynte å prostituere meg og begynte og ruse meg enda mer, som 16-åring stakk jeg av fra barnevernsinstitusjoner og gikk på strøket og brukte heroin. Nesten i ren protest!”...

Hvis vi analyserer vår opplevelse av møte med informantene stemmer ikke dette inntrykket overens med inndelingene over i det hele tatt. Det ville ikke være mulig på grunnlag av vårt førsteinntrykk å plukke ut hvem som skulle være ”middelklasseavhengige” og ”gateavhengige”. Noen av dem som sier de vokste opp i ”møblerte hjem”, har hatt gode jobber i forkant av ruskarrieren og

debuterte sent har allikevel i løpet av ruskarrieren manglet bolig og handlet dopet sitt i rusmiljøer som anses tilhører de ”gateavhengige”. Andre informanter forteller om en turbulent oppvekst med institusjonsopphold, tidlig rusdebut og kontakt med politi men har i dag både høy utdanning og høy levestandard. Det er heller ingenting i informantenes klesstil eller fysiske framtoning som gir inntrykk av å tilhøre noen marginalisert eller ressurs svak gruppe. De fleste har god kontakt med familien sin, eller i hvert fall deler av denne. Det kan godt hende at disse kategoriene gjenspeiler statistiske tendenser i større befolkningsgrupper, men de stemmer ikke med våre informanter. Igjen kan dette skyldes at informantene våre er litt spesielle. Vi er jo heller ikke ute etter noe representativt utvalg i statistisk forstand men kvalitative fortellinger fra de som lykkes i å bli rusfri.

Likevel kan vi se kjennetrekke ved våre informanter som ligner Waldorfs (I: Kristiansen 2000) beskrivelse av den gateavhengige (min oversettelse av: ”*street addict*”). I Waldorfs studie kjennetegnes denne avhengigheten som personer som har vokst opp i arbeiderklassehjem med tidlig rusdebut. Vi ser i vårt at studiet at flere av våre informanter også kan passe inn i denne beskrivelsen, spesielt i forhold til tidlig rusdebut.

Studier av hvem som kommer til rusbehandling kan være med på å opprettholde slike bilder av den rusavhengige². Vi mener at kjennetrekke til hvem som kommer til rusbehandling ikke nødvendigvis stemmer med våre informanter.

De fleste av informantene er opptatt av kompetanse og et yrkesliv i deres rusfrie tilværelse. Deres ambisjoner og krav til tilværelsen er svært høy. Dette kan indikere at deres idealer harmoniserer med en orientering mot middelklasseverdier med arbeid og utdanning som to viktige faktorer og forventninger til dem selv.

² Se f. eks. Sirus sine studier av de nasjonale klientkartleggingsskjemaene (Sirus 2008).

Kanskje kan begrepene de *marginaliserte* og de *integrerte* si like mye om informantenes sosiale situasjon og tilhørighet i samfunnet. Lindberg (I: Kristiansen 2000) bruker disse begrepene i sitt studie av rusavhengige og deres grad av integrering i samfunnet (Kristiansen 2000). De marginaliserte kjennetegnes av turbulent oppvekst. De har også inntatt en identitet som rusavhengig og har store problemer med å forlate rustilværelsen og miljøet. Det motsatte er de integrerte som i motsetning til de marginaliserte har hatt en stabil oppvekst og aldri identifisert seg med det å være rusavhengig, på tross av at de har misbrukt rusmidler over lang tid og jevnlig. Denne gruppen kjennetegnes av at de er fremgangsrike i å endre deres liv. Beskrivelsen er et kjennetrekke ved våre informanter. De har til en viss grad greid overgangen fra en tilværelse i rus til en tilværelse med begrenset rusinntak uten de store utfordringene.

5.9 Oppsummering

I dette kapittelet har vi forsøkt å se på sosiale behov. Det som kommer tydelig fram er at de fleste av informantene våre, sannsynligvis i likhet med alle andre mennesker har visse sosiale behov med graden av disse er svært varierende. Mens ensomheten ofte nevnes som en trussel mot et rusfritt liv betyr ikke det at alle ønsker eller har nytte av et stort fellesskap eller bredt nettverk. Det viktigste på veien ut av rusproblemene er å ha minst en nær støttespiller som blir en ”signifikant andre” og kan fungere som en slags guide i det rusfrie livet. Dette er oftest en kjæreste eller samboer, men kan også være andre, som en kontakt fra et behandlingssted, annen familie eller nær venn.

Behovet for og nytten av ulike ettervernstilbud oppfattes ulikt av informantene, noen mener det er helt avgjørende mens andre ikke har benyttet dette overhodet. Selv om de fleste snakker om betydningen av å få nye venner eller bygge seg et nytt nettverk er det ulikt om dette består av andre med samme erfaring eller mennesker uten tidligere rusproblemer. Det ser ut til at det viktigste er å ha noen

å omgås og ha noe å gjøre, men svært individuelt hvem dette er og hva man velger å gjøre. Dette er sannsynligvis helt i tråd med hvordan det er blant mennesker uten ruserfaring; vi er svært forskjellige.

En ting som framsto som svært viktig var økonomi. For å kunne få det sosiale livet til å fungere var det helt vesentlig å få ryddet opp i ulik gjeld og kunne få en levestandard som tillot et sosialt liv. Dette handlet både om at en del aktiviteter koster penger, men også at det forventes en viss standard på klær og bolig når man har passert 20-årene. Dette kan igjen kobles til behovet for en viss sosial status og problemer knyttet til f.eks. ødelagte tenner som virker avslørende og indikerer et liv og en status informantene prøver å komme bort fra.

Det viktigste er kanskje det vi åpnet kapittelet med; mest slående er likheten mellom informantene, oss selv og sannsynligvis alle andre mennesker. Vi har noen behov, både materielle og sosiale, men disse varierer og påvirkes av hvem vi ønsker å være, hvem vi omgår og hva vi identifiserer oss med uavhengig av om man har hatt langvarige rusproblemer eller ikke. Men denne erfaringen kan nok for noen gjøre det ekstra vanskelig fordi det er en del år som er ”borte”, en del erfaringer man ikke ønsker å dele med alle og derfor et behov for å ta avstand fra symboler som indikerer tilhørighet til det tidligere livet.

6.0 Hvilken relevans har våre funn?

I dette kapittelet vil vi drøfte noe av det vi har presentert med utgangspunkt i studiens teoretiske forankring. Vi vil se nærmere på nytten av de begrepene og teoriene vi har valgt å forholde oss til, og vurdere deres relevans for å øke forståelsen av det å bli rusfri etter langvarig rusavhengighet. Først presenterer vi en figur som viser skjematisk de momentene vi mener er de viktigste i endringsprosessen fra en rusavhengig til en rusfri livsform:

Figur 2: Endring av livsform

Livsform: ”rusavhengig”	Endringsprosess →	Livsform: ”rusfri”
↓	Nå Rock Bottom	↓
	Ha signifikante andre som verdsetter rusfrihet	
	Flere vendepunkt	
	Endre normer og verdier	
	Re- eller desosialisering	
Normer og verdier er ikke alminnelig sosialt akseptert	↓	Normer og verdier er alminnelig sosialt akseptert
Generaliserte andre er rusavhengig		Generaliserte andre er rusfri
Identitet som rusavhengig	Endre identitet	Identitet som rusfri

6.1 Fokus på individuell variasjon og sosiale faktorer

Vi startet med å presentere en modell på hva som virker i terapi (Hubble, Duncan, Miller 1999) I følge denne utgjør modell og teknikk bare rundt 15 prosent av effekten i terapi eller behandling. De resterende 85 prosentene fordeler seg på andre faktorer; hovedsakelig ”Extratherapeutic Factors” og ”Relationship Factors” med henholdsvis 40 og 30 prosent, mens ”Hope and

Expectancy” utgjør like mye som metoden, altså 15 prosent. Nå ligger det mye forskjellig i hver av disse bitene, og vi tror ikke dette er noen fasit på effekten av terapi i alle sammenhenger. Likevel tror vi den illustrerer noe vesentlig, nemlig at for å lykkes med en stor endring i livet er det mange biter som må falle på plass, og da er det viktig at personen selv er i stand til å mobilisere de nødvendige ressursene, at de som skal hjelpe til enten det er en profesjonell helper eller andre fungerer og at omgivelsene legger til rette for at personen skal lykkes. I dette bildet blir relasjoner til andre mennesker viktig. Nå baserer figuren seg på effekt av terapi, mens vi har vært opptatt av endring enten informant har vært i behandling eller ikke. Inn mot dette kan det diskuteres hva som er ”terapi” eller ”behandling”. Hva mener vi når vi sier at informant ikke har vært i behandling? I dette tilfellet betyr det bare at vedkommende ikke har vært innlagt eller deltatt i tradisjonell rusbehandling. Men de som ikke har det har likevel mottatt hjelp på ulike måter. Denne hjelpen varierer mellom møter i AA/NA, ruskonsulenter i kommunen, oppfølging hos psykolog og/eller fastlege. Mange opprettholdt dette fremdeles mange år etter at de anså seg å være rusfri.

Derfor blir det riktigere å si at alle hadde en eller annen form for behandling, men at dette ikke nødvendigvis innebar en innleggelse eller institusjonsopphold. En del hadde startet med et institusjonsopphold, men disse var likevel opptatt av at dette i seg selv ikke var nok uten videre oppfølging i etterkant, i hvert fall den første tiden. Her var det også ulike løsninger, noen hadde hatt integrert ettervern i regi av institusjonen de var på og var fornøyd med dette mens andre gikk på møter i AA/NA som et slags ettervern.

Men erfaringene med profesjonell hjelp var svært varierende, spesielt når informantene fortalte om tidligere forsøk på å bli rusfri. I vårt materiale hadde jo alle nå lykkes, men mange hadde prøvd flere ganger før. Det som nå hadde gitt

suksess for noen, som en kommunal ruskonsulent, ble for andre forbundet med tidligere nederlag. Det samme med ulike institusjoner. Dette kan stemme godt overens med modellens vektlegging av terapeuten. Uavhengig av dennes formelle kompetanse er det viktig å treffe en person som klarer å hjelpe klienten. Dette avhenger sannsynligvis både av rett tid, rett person og kombinasjonen av alle de ovennevnte faktorene.

Det er utfordrende å finne en fasit på dette; behovene er så ulike og situasjonene likeså at her må man kanskje godta at mange trenger flere forsøk og ulike tilnærminger for til slutt å lykkes. Dette kan framstå som "håpløst" for den som ønsker å hjelpe; det hadde vært mye greiere å få en fasit eller en teknikk som sikkert ga god effekt for alle. Nå mener vi ikke at man skal slutte å utvikle gode behandlingsopplegg; dette er helt klart en viktig faktor for mange. Men resultatene avhenger av så mye mer, og uten å ta hensyn til alt dette andre vil det fortsette å være svært mange som faller tilbake til avhengigheten relativt kort tid etter behandling.

6.2 Bunnen er personlig - og kan endres

Vi har tidligere redegjort for begrepet "*The Rock Bottom*" som ble introdusert på 1960-tallet for å illustrere endringen på et eksistensielt nivå (Brill et al. 1972). Begrepet beskriver en eksistensiell krise, der individet opplever seg selv på et personlig bunn- nivå. Vi finner igjen dette i vårt materiale. Alle informantene beskriver en form for eksistensiell krise, der de tenker at "dette går ikke lenger, sånn som dette kan jeg ikke lever". Grensene for "*The Rock Bottom*" er individuelle og derfor ikke kan generaliseres til alle rusavhengige. Dette var også tydelig hos våre informanter. Noen opplevde en krise når de sto i fare for å miste samboer eller kontakt med barn, andre når de var redde for å miste hjem eller jobb. Flere opplevde at de var i ferd med å omkomme fordi

kroppen rett og slett ikke tålte mer, eller de kunne fryse i hjel fordi de ikke var i stand til å ta seg opp fra gata vinterstid. I et par tilfeller mener de dette kunne skjedd hvis ikke andre hadde grepet inn om tatt hånd om dem i en krisesituasjon. Det kan synes langt ned til å stå på gata der en bærepose inneholder alt du eier hvis du selv frykter å miste jobben. Likevel behøver ikke denne veien å være så lang.

Det vi ser i materialet er at selv om begrepet viser indikerer at bunnen er personlig, og at det er den eksistensielle krisen som fungerer som incitament for endring, betyr ikke det at denne personlige bunnen er konstant. Det som kan oppfattes som bunnen på et tidspunkt i livet kan flyttes nedover i takt med en stadig alvorligere avhengighet. Mange snakker om dette i forbindelse med tidligere forsøk på å bli rusfri; de mente bunnen var nådd og søkte behandling med da de etter en tid sprakk og på nytt ruset seg var neste bunn på et nytt sted, lengre ”nede” enn de tidligere trodde de noen gang skulle havne. Det er viktig å understreke at våre informanter understreker viktigheten av at bunnen ikke kan generaliseres; den er både individuell og flyttbar. Derfor blir begrepet kanskje mest en beskrivelse i etterkant av en vellykket bedringsprosess. På denne måten passer denne forståelsen godt til våre tolkninger av informantenes opplevelser og erfaringer med å nå bunnen av en erkjennelse om at nå er tiden inne for å gjøre noe med rusituasjonen. Dette kan ikke generaliseres til mengden av rusmidler som inntas, dette er noe personene selv må erkjenne.

Et annet viktig poeng er at begrepet ”*The Rock Bottom*” ikke må kobles til alder eller andre indikatorer som kan bidra til endring i livsform. Enkelte forskere har som nevnt tidligere vært opptatt av å fokusere på alder som en viktig variabel for å slutte med skadelig eller problematisk inntak av rusmidler (Wicnick mfl). I deres analyser har alder en sammenheng med økt modenhet og innsikt som viktige elementer til å beslutte å endre sin livsform.

Kritikken til denne type studier har vært at man forutsetter at økt alder skaper en modenhet som resulterer i endring av problematisk atferd. Vi har ingen forutsetninger for å kunne finne slike tolkninger av vårt materiale. Tvert imot har vi eksempler på at noen informanter utviklet rusproblemer i en alder da man ifølge denne teorien skulle ha nådd et slikt modenhetsnivå og derfor være ute av faresonen. Det kan godt hende at sannsynligheten for å få alvorlige rusproblemer er større dersom man starter i ung alder, men det betyr ikke at alder i seg selv er tilstrekkelig beskyttelse. Det finnes ingen alder da det er for sent å begynne, eller der man nødvendigvis slutter.

6.3 Bedring eller rehabilitering?

Et viktig poeng i vårt arbeid har vært å problematisere hva bedring er og hvordan våre informanter har erfart dette i forhold til sitt tidligere rusbruk. Bedring er et begrep som kan oppfattes relativt abstrakt, med mange nivå og forståelsesmåter. Vi har forsøkt å finne ut om dette har vært et viktig fokus for våre informanter i deres streben etter å endre deres livsform.. Vi tok utgangspunkt i Alain Topors (2006) arbeider om bedringsprosesser innen psykisk helsearbeid, og har derfor brukt begrepet bedring. Dette er et begrep som kan forstås som noe vagt i denne sammenheng. Er personen blitt rusfri eller personen på vei til å bli rusfri?

Innen rusforskning kan det være komplisert å avgjøre når man er rusfri. Vi vet også ut i fra dette studiet at flere av informantene har opplevd perioder som rusfrie underveis. Og flere av informantene uttrykte at de ikke kunne garantere et videre rusfritt liv. I denne erkjennelsen ser vi at bedringsbegrepet kanskje ikke er dekkende. Når kan man definere bedringsperioden som over? Når er man rusfri og ikke "tidligere" alkoholiker eller narkoman? I vårt studie har dette vært en utfordring å forsøke å tolke ut i fra materialet. Enkelte i materialet er som

nevnt ikke rusfri i dag men i LAR behandling. Og man kan jo spørre seg om denne gruppen er i en kronisk bedringsprosess hvor en rusfri tilværelse ikke er en realitet før man eventuelt avslutter denne behandlingsformen. I slike sammenhenger ser vi at bedringsbegrepet kan diskuteres fordi det henspiller på en prosess som for noen vil vare livet ut. Dette er en viktig og prinsipiell diskusjon som ligger utenfor vår intensjon i denne rapporten. Likevel mener vi at det er viktig å understreke hvordan begreper kan virke mot sin hensikt og i stedet bli en kronisk tilstand. Dette er ikke intensjonen bak Topor (2006) sin forskning. Han understreker nettopp hvor viktig det er å unngå et slikt syn. Og det er viktig å understreke at Topor sin forskning er basert på et utgangspunkt i bedringsprosessene til personer med psykiske lidelser, mens vårt utgangspunkt har vært å undersøke prosessen fra et liv med en alvorlig rusproblematikk.

Våre ulike utgangspunkt med hensyn til hvilke grupper vi har forsket på gjør at det muligens kan være komplisert å bruke bedring som begrep til å forstå prosessene som våre informanter har gjennomgått. Vi mener likevel at begrepet bedring har vært til god hjelp når vi skulle forsøke å tolke informantenes beskrivelser av hvordan prosessene frem til et liv uten et alvorlig rusmisbruk har fortonet seg.

Topor (2006) er som nevnt opptatt av å skille bedringsbegrepet fra rehabilitering og helbredelse. I vår analyse dreier bedring seg ikke nødvendigvis om å være symptomfri, og informantene kan fremdeles slite med angsten for og ruse seg problematisk igjen. Dette stemmer godt overens med valget av begrepet bedring, siden de da ikke behøver å være ”helt bra”. Sett i lys av andre teorier om helse og sykdom er det kanskje viktig å fokusere nettopp på hva som er ”godt nok”.

Når er man ”rusfri nok”? Våre informanter beskriver dette som at trangten til rus ikke styrer deres liv lengre. Dette er en definisjon vi støtter oss til. De færreste

av oss er helt problemfri, eller helt rusfri for den saks skyld. Det viktige skillet går derfor mellom det å ha et eller flere problemer, og det at dette problemet; enten det er en psykisk lidelse som hos Topor eller en rusavhengighet som hos våre informanter, styrer livet på en måte som helt overskygger andre ting i livet.

Vi har også forsøkt å definere rusfrihet som det å kunne leve ”et alminnelig sosialt akseptert liv”. Hva vi konkret legger i dette er det kanskje ikke så lett å definere eksakt, men det er ganske greit å finne eksempler på det motsatte. Men utgangspunkt i alminnelige aksepterte normer og verdier i samfunnet vil en del handlinger og livsformer være tydelig avvikende. Eksempler på dette er å møte tydelig ruspåvirket på jobb, og ikke å ta seg av barn man har ansvar for, og ikke ha noe sted å bo eller å begå kriminelle handlinger. Å opptre beruset i det offentlige rom kan også avvike fra normene, avhengig av tid og sted, og så videre. Poenget er at informantene nå lever på en måte som ”samfunnet vårt” i all hovedsak aksepterer og respekterer.

Topor (2006) er opptatt av at bedring er en følge av et arbeid som individet gjør selv, i samarbeid med andre. Dette beskrives av alle våre informanter. De er opptatt av at det å slutte og ruse seg er et valg man må ta selv, og at selv om man i den prosessen både trenger hjelp fra andre og kan motiveres av relasjonen til andre, er det først og fremst viktig å bli rusfri ”for seg selv”. Denne motivasjonsfaktoren må være stor for å fortsette å være rusfri, livet må ha noe å by på som betyr mer enn rusen. I forlengelsen av dette mener Topor (2006) at bedring skiller seg fra helbredelse og rehabilitering ved at man har makten over eget liv. Bedring inkluderer makten til å kunne bestemme over eget liv. Dette finner vi også igjen hos våre informanter, mange av dem er opptatt av makt og hvordan det å ta tilbake makten over eget liv har vært svært viktig. Det at de i dag i liten grad er avhengig av profesjonelle hjelpere i hverdagen mener vi kan støtte vår forståelse og bruk av denne teorien.

I sammenheng med definisjonen av rusfrihet kan legemiddelassistert rehabilitering være et problematisk område. De av våre informanter som mottok slike tjenester hadde en klar oppfatning om at de ikke definerte seg som rusavhengige. De som ikke gjorde det var mer delt, og alle var klar over at det eksisterer ulike oppfatninger rundt dette i samfunnet. Med utgangspunkt i de definisjonene vi velger å forholde oss til; at rusen ikke lenger styrer livet og at man lever et sosialt akseptert liv, velger vi å definere LAR-pasienter som rusfri. Dersom vi skulle definere alle mennesker som var avhengige av medikamenter eller oppfølging av helsevesenet på ulike måter som ”avhengige”, ville det bli feil. Vi støtter oss også her til uttalelser fra informanter som er i LAR med tanke på hvor stort fokus dette har i livet. De opplever at selv om hyppige kontroller tar tid, bruker de svært mye mindre av døgnet på dette sammenlignet med når de selv skaffet rus på andre måter. De sier eksplisitt at dette med mye tid til overs i døgnet er et viktig moment, som de i begynnelsen trengte hjelp til å fylle med noe meningsfullt.

Det at de klarer både jobb og studier ved siden av er også tegn på at denne typen medikamentbehandling ikke ”styrer” livet deres, selv om de i perioder kunne tenke seg større frihet for eksempel når de skal på ferie osv. I hvilken grad det er ”sosialt akseptert” å bruke medikamenter som subutex eller metadon vil sikkert variere, men dette er i de fleste tilfeller da maksimalt et ”skjult avvik” siden det stort sett ikke er noe man merker hvis ikke personen selv forteller det. Vi tror også aksepten for dette er stor i befolkningen, forutsatt at atferden ellers er i tråd med gjeldende normer og verdier. Likevel er dette sikkert et tema det vil bli diskusjoner rundt også i fremtiden, og vi anser derfor ikke dette som noe endelig svar, men en avklaring av vårt ståsted på det nåværende tidspunkt.

6.4 Identiteten som rusavhengig og sosialisering til et rusfritt liv.

En teoretisk kobling som kom fram etter hvert som vi analyserte intervjuene var Meads sin forståelse og konstruksjon av selvet (Mead 1934). Som nevnt mente vi å kjenne igjen en identitetsdanning som stemmer godt overens med Meads konstruksjon av "Selvet" i flere av intervjuene. Noe av det vi anser som viktig i denne sammenhengen er hvordan spesifikke og generaliserte andre har en viktig rolle i overgangen fra rusavhengig til rusfri, i og med at dette ser ut til å handle om en identitetsendring.

Identiteten henger sammen med atferd og de handlingene man gjør; likevel vil individet samtidig preges av hvordan andre oppfatter dem. Dette påvirker igjen selvbildet, eller "selvet". Hvilke andres meninger vi velger å ta hensyn til blir derfor viktig. Så lenge man ruser seg og omgås andre som også ruser seg framstår rus i liten grad som en avvikende atferd. Når man derimot slutter og ruse seg vil det være viktig å identifisere seg med andre som heller ikke ruser seg, og dette kan tolkes som at den generaliserte andre forandres. Likevel kan begge gruppene finnes i individets bevissthet hele tiden; det som forandres er hvilke gruppeholdninger de til enhver tid forholder seg til. Disse sosiale - eller gruppeholdningene inngår som elementer i individets konstituering av seg selv og overføres etter hvert til å gjelde hele den sosiale gruppen individet tilhører. (Mead, G.H. 1934:158) Inn mot dette vil det som regel ta litt tid både å innarbeide ny atferd og internalisere nye normer.

Mead skriver at barn ennå ikke har en definert karakter og at man derfor ikke kan predikere deres atferd på bakgrunn av tidligere atferd på samme måte som voksne. (IBID 1934:159) Spørsmålet vi stilte var om dette i større grad enn tidligere antatt også burde gjelde voksne. Det at vi forventer en viss konsistens

eller forutsigbarhet i atferden mennesker utviser gir trygghet. Samtidig gjør den det vanskelig å handle på tvers av de forventningene man selv og andre har. Dette kan føre til at man blir for fastlåst og deterministisk i sin forklaring av mennesker og grupper. For tidligere rusavhengige kan det virke direkte skadelig, fordi de i liten grad gis tillitt i sin endringsprosess og fremdeles er stemplet som rusavhengig i mange sammenhenger. Denne stempelingen holder dem igjen i posisjonen som rusavhengig, og for å kunne identifisere seg med det å være rusfri, eller nykter, må både de selv om samfunnet rundt definere dem inn i denne nye posisjonen. Mead sin forståelse av identitet som noe som foregår både utenfor og på innsiden av mennesket er derfor viktig når mennesket endrer sin livsform.

Overgangen fra rusmisbruk til rusfrihet innebærer en sosialiseringsprosess, og vi har koblet dette til begrepene resosialisering og desosialisering. Dette var et analytisk grep for å skille prosessen hos de informantene der rusbruken ødela for en sosialisering inn i et alminnelig voksenliv og de som har hatt et velfungerende voksenliv før rusen overtok. Vi mener dette er til hjelp i bedringsprosessen fordi det vil være ulike sosialiseringsbehov hos mennesker avhengig av hvilke referanserammer de har fra før. Det vises tydelig når informantene våre snakker om tiden i overgangen da de virkelig begynte å vurdere å slutte; her er det noen som husker at de tenkte at ”dette er jo egentlig ikke meg å sitte her sånn rusa...” eller de observerer andre mennesker rundt seg som har det fint og tenker at ”sånn hadde jo jeg det også, før...”. Dette indikerer at de føler en tilhørighet også til en rusfri tilværelse, med god tilknytning til arbeidslivet og sosiale arenaer utenfor rusmiljøet. Dette mener vi kan defineres som en desosialiseringsprosess, fordi det langt på vei handler om å ta tilbake de normene og den atferden man hadde før rusen.

Selv om det ikke alltid sies like tydelig har vi også informanter som gir uttrykk for det motsatte. En sier om sin oppfølging hos psykolog at ”jeg må jo lære hvordan en familie fungerer, for det har jeg jo ikke opplevd selv”. Dette er en informant med en turbulent ungdomstid preget av institusjonsopphold og tidlig ruserfaring. Det betyr sånn vi forstår det at sosialiseringssprosessen inn i en voksen tilværelse og del av det rusfrie samfunnet faktisk må starte på nytt. Vi ser dette som en resosialisering, fordi disse informantene mangler de atferdsmønstrene som forventes av voksne. De har nok ofte en innsikt i hvilke normer som gjelder, men å internalisere disse og ta de til sine egne er en sosialiseringssprosess.

Nå er det alltid fordeler og ulemper ved å dele noe inn i slike kategorier; og i mange tilfeller er det kanskje både litt av det ene og litt av de andre som foregår. Vi har tidligere poengtert at uansett om informantene på overflaten har levd et tilsynelatende alminnelig sosialt akseptert liv har dette over lang tid vært et ”dobbeltiliv” der rusen har vært en del av bildet selv om det ikke alltid var synlig på overflaten. Det vi uansett holder på er at skillet mellom primær- og sekundærsosialisering har liten hensikt i denne sammenhengen fordi det i liten grad fremkommer som noe viktig skille i materialet. Skulle vi bruke det rent teoretisk er det mer skadelig enn nyttig, fordi det ofte innebærer en determinisme i at en mangelfull sosialisering i tidlig barnealder former stabile trekk i personligheten som ikke kan endres grunnleggende sett. Skadene kan nok være skjedd, men vi mener at personligheten utvikles gjennom hele livet, og at hele begrepet ”personlighet” er en komplisert psykologisk størrelse som altfor ofte får for stor plass i å forklare menneskers handlinger. Det som skiller Mead fra en del andre teoretikere er at han ikke ser verken jeg’et eller meg’et som statiske, Meads ’jeg’ er derimot spontant og innebærer frihet og initiativ – noe vi mener stemmer bedre overens med våre informanternes fortellinger. Som en av dem forklarte:

”Den prosessen av å slutte med stoff og sånn, og kanskje avstå fra ulovlige handlinger og sånne ting, det handler jo bare om valg, ikke sant? Og det er faktisk ikke det som er prosessen tilbake til samfunnet og livet igjen. Prosessen er jo i det øyeblikket de tingene er såpass på avstand at man kan begynne å jobbe med viktige ting med seg sjøl ikke sant. Altså, personlig utvikling, og bearbeiding hvis man har behov for det, og sånne ting. Som er på egen bestilling og ikke blir pålagt, ikke sant. Eh da mener jeg at man er har begynt rehabiliteringsløpet sitt. Ikke når man prater om rus og ikke rusmidler, det handler om et valg det. For meg. Ja ...”

Vi velger altså å se personlighet som noe påvirkelig og forandelig livet gjennom. Dette mener vi også fremkommer hos Mead allerede i ”The Social Self” (Mead 1913) hvor han skriver at selv om konflikten er sosial, burde ikke dette utvikle seg til en konflikt mellom ulike ’selv’, men til slike rekonstruksjoner av situasjonen at annerledes og forstyrrede og mer adekvate personligheter kan oppstå. (fritt oversatt fra Mead 1913 i Reck 1964:148). Mead kobler her moralsk utvikling til vår evne til å gå utover gamle verdier og gamle selv, for å integrere nye verdier inn i vår personlighet når nye situasjoner krever det. Mead kobler utviklingen av selvet og personligheten til moralske verdier og generaliserte andre. Dette passer godt med våre informanternes forklaring av endringen fra rusavhengig til rusfri, og dermed til bedring. Det å ha mulighet for en forvandling der man ikke må ta med seg ”rusavhengighetsrollen” resten av livet, men kan forlate denne og leve et alminnelig sosialt akseptert liv har vært veldig viktig.

6.5 Ressurser og kapital

Etter hvert som vi både jobbet med materialet vårt og diskuterte dette temaet med andre ble vi stadig mer oppmerksomme på hvordan rusavhengige omtales som en ressurs svak gruppe. Dette har også vært tydelig når vi har undervist studenter og lærere om studiet vårt. Mange av tilbakemeldingene fra de to

nevnte gruppene har vært at de oppfatter våre informanter som ressurssterke og at dette har vært utgangspunktet for at de har greid å endre deres livsform. Dette sammenfaller med samfunnet syn på denne gruppen både gjennom media og blant profesjonelle snakker om dette som mennesker med liten evne til å løse egne problemer og lite sosial kapital. På den ene siden sier dette noe om studenter og læreres oppfatninger av hvem som greier å endre sitt rusmisbruk. Og på den andre siden kan dette si noe om hvilke grupper av rusavhengige i vårt samfunn man antar at greier å bli rusfri. Dette er fordommer som vi mener kan svekke den enkeltes kamp for å greie denne bragden. Dessuten har vi ingen god empiri å vise til for at dette stemmer med vårt materiale. Vi fant imidlertid ut at dette måtte henge sammen med den alminnelige oppfatningen av hvilke ressurser og ferdigheter som skal verdsettes. Satt opp mot de normene og verdiene som gjelder i majoritetssamfunnet framstår mange rusavhengige som tapere. Her mener vi begrepet ”gatekapital” hentet fra Pedersen og Sandberg er svært nyttig. (Sandberg & Pedersen 2007).

”Gatekapital” kan defineres som ”kunnskap, kompetanse, ferdigheter, egenskaper og objekter som tilkjennes verdi i gatekulturen” (Sandberg & Pedersen 2007:83), og dette underkjennes kanskje i arbeidet med tidligere rusavhengige. De kunnskapene og ferdighetene informantene besitter ikke blir anerkjent, og dermed kan de betraktes som kunnskapsløse, og hjelpeløse, sett i lys av majoritetskulturen. Det vi har forsøkt å se på er om denne kapitalen kan utnyttes i deres egen rehabiliteringsprosess. Dette forutsetter nok at denne ”oversettes” til mer sosialt akseptert kapital. Det vi i hvert fall ser, både hos våre informanter og i samfunnet ellers, er at mange tidligere rusavhengige benytter seg av sin gatekapital for å hjelpe andre. Ofte dreier det seg om andre rusavhengige, men det kan også være å gå inn på arenaer som sosialt arbeid eller barnevernsarbeid. Synet på hvor bra dette er kan nok variere, noen organisasjoner forutsetter at ansatte har egen erfaring mens andre helst ikke

ønsker å ansette tidligere rusavhengige. Vi ser tydelig at dette er en sak med to sider, og ikke alle prosjekter der tidligere rusavhengige skal hjelpe andre har hatt god effekt. Likevel tror vi det er viktig for fagmiljøene å anerkjenne denne kunnskapen for å komme videre. En av grunnene til at dette blir en karriere vei kan også være at det er vanskelig å slippe inn på andre yrkesarenaer. Det er ikke til å komme bort fra at mange år med rusavhengighet ikke ”pynter” på en CV for mange jobber, og det oppstår ofte ”hull” i livet som er vanskelig å forklare for en arbeidsgiver. Alternativet kan derfor være nettopp de stedene som ønsker denne kompetansen og erfaringen, eller eventuelt å starte for seg selv. Dette siste har også noen klart, men det må vel anses å være veldig krevende.

Vi mener derfor begrepet ”ressurssvak” bør sees i nytt lys. Hvis man definerer ressurser som egenskaper ved individet som gjør det i stand til å klare seg vil mange rusavhengige heller framstå som ressurssterke tatt i betraktning at de aller fleste har hatt større utfordringer i livet enn majoriteten på deres alder. Noen ganger kan dette gå helt tilbake til tidlig barndom, men langt fra alle kommer fra ustabile familieforhold. Det blir derfor altfor enkelt å forklare avhengigheten kun ut fra et slikt ”dårlig barndom” perspektiv. Men summen av erfaringer i barndom, ungdom og voksentilværelse er likevel slik at dette ikke er noen enkle liv. Noen ganger ser det ut til å ha startet tidlig, andre ganger ser det ut til å ha startet med rusen som dermed førte til de andre problemene. Heller ikke her har vi nok opplysninger til å si at det alltid er enten-eller; ofte er det nok både-og.

Det er heller ikke vårt fokus i denne undersøkelsen å se på årsaker eller veier inn i avhengigheten, så poenget er bare at de livene vi har hørt om fra våre informanter for oss framstår som veldig krevende og strevsomme. På toppen av dette har de gjort den jobben det er å slutte og ruse seg og dermed foreta en stor endring av livsform i voksen alder. Vi kan derfor ikke få dette til å stemme

overens med begrepet ressurs svak. Derimot kan det godt hende at nettopp det at dette er ressurssterke mennesker er en av årsakene til at de har lyktes med denne endringen som vi vet mange ikke lykkes med. Kanskje er det å være ”sterk” nettopp en forutsetning for å kunne bli rusfri?

Dette har vi diskutert mye, og vi har jo ikke noe endelig svar. Men vi har gjennom analysene av materialet vårt funnet ut at forklaringen i hvert fall ikke er fullt så enkel. Vi snakket med alle informantene om dette med å være ressurssterk eller ikke, og deres syn på seg selv er veldig nyansert. I tråd med det vi skriver om at personligheten ikke er stabil, men i endring, forteller også informantene våre om endringer i hvordan de har sett på seg selv i forhold til egne ressurser. Dette henger nøye sammen med livssituasjonen ellers. Vi skal ikke her gjøre individet til et passivt offer for sine omgivelser; det at livssituasjonen endrer seg enten til det bedre eller det verre påvirkes klart av individets egen atferd. Men disse to tingene spiller også sammen, slik at responsen omgivelsene gir på individets endring er med på å forsterke eller svekke denne.

Her er det viktig å se at vi alle kan havne i vanskelige situasjoner, og dersom man i tillegg opplever å bli krenket eller misforstått forsterker det problemet. Hvilke situasjoner som oppleves som vanskelige varierer, og nettopp derfor mener vi det er et viktig poeng å se på evnen til å løse de problemene man står overfor. Hvilke løsninger man da velger kommer an på tidligere erfaringer, og det vil derfor ikke alltid være slik at en tidligere rusavhengig og en hjelper ser dette på samme måte. Flere av informantene våre forteller om både gode og dårlige erfaringer i møtet med ”det rusfrie samfunnet”. Ofte består mye av denne kontakten, i hvert fall i begynnelsen, av møter med offentlig hjelpeapparat i ulike sammenhenger. Det er ikke noe rart at dette ikke alltid oppleves positivt. De ansatte må jo mange ganger ta forholdsregler og vise forsiktighet; dette er

mennesker som tidligere har vist at de verken er til å stole på eller har en forutsigbar atferd. Men ofte er dette også brukerens tidligere erfaring med hjelpeapparatet; mange av dem har tidlig erfart at de har blitt løyet for og behandlet dårlig og uforutsigbart.

Særlig gjelder det de som tidlig var i kontakt med barnevern; alle informantene med denne erfaringen forteller om å bli lurt, løyet for og ikke trodd når de faktisk snakket sant. I de tilfellene er det jo umulig å tro at de nå skal møte på NAV med et åpent sinn og ærlig legge fram sine liv. Også de som har forsøkt å være både ærlige og oppriktige i sine møter har ulike erfaringer med hvordan dette blir mottatt. Her ser vi en stor forskjell basert på det vi velger å kalle kulturell kapital. Dersom vi ser på hvem som hovedsakelig forteller om gode erfaringer og hvem som forteller mest om dårlige erfaringer ser vi at de med gode erfaringer stort sett alltid har en eller annen utdannelse i forkant av ruskarrieren. Denne behøver ikke være fullført, men de har minimum fullført videregående og tatt et år på universitet eller høyskole.

Dette kan henge sammen men det vi skriver om sosialisering, at de som har en ”voksen” sosialiseringsprosess før perioden med rus framstår annerledes for helperen enn de som ikke har det. Kanskje defineres den siste gruppa lettere som ”håpløs”, og dermed mindre troverdig i sin rusfrihet. Dette er noe vi kunne tenke oss å se nærmere på senere, materialet vårt er altfor lite til å trekke noen slutninger, men vi synes det er en interessant observasjon.

6.6 Endring av livsform

Gjennom rapporten har vi mange steder beskrevet overgangen fra rusavhengighet til rusfrihet som en endring av ”livsform”. Dette begrepet er noe vi etter hvert kom fram til fordi vi tok utgangspunkt i endring av livsstil, men

fant ut at det ble altfor svakt. Å endre livsstil brukes jo om alt fra å kutte ned på kaffeinntaket til å slanke seg noen kilo, og det ble for oss ikke sammenlignbart med endringene informantene våre beskriver. Vi har fått mange ulike reaksjoner på bruken av begrepet livsform, fra de som umiddelbart aksepterer det og mener det passer fint til andre som knyttet dette til ulike zoologiske livsformer eller amøber og lignende. Denne siste tolkningen er såpass uvanlig at vi har valgt å se bort fra den. Vi mener å ha redegjort tilstrekkelig for hva vi mener med endring av livsform, og synes fremdeles dette begrepet beskriver prosessen bedre enn andre alternativer. Kanskje finnes det gode alternativer, men det får vi eventuelt komme tilbake til ved en senere anledning.

6.7 Oppsummering

Det har vært vanskelig å avgrense seg i forhold til fokusområder basert på det materialet vi har. Det er så mye som kunne passet, og vi kunne trukket inn langt flere teoretiske områder enn hva vi synes vi har plass til. Fokuset ble derfor lagt på begrepene rusavhengighet, endring, bedring, "Rock Bottom", vendepunkt, identitet, sosialisering og kapitalformer. Som vi skrev i kapittel 2 har disse begrepene delvis ligget i bakgrunnen fra starten av. Særlig begrepet "bedring" slik dette framkommer hos Topor (2006) har vært noe vi diskuterte allerede i forkant av intervjuene fordi vi nettopp ønsket å se på om denne tanken kunne overføres fra psykiske lidelser til også å gjelde rusavhengighet. Identitet var vi også opptatt av hele tiden, men det var først da vi var godt i gang med intervjuer og analyse at Mead utmerket seg som den teoretikeren vi mener passer best. Nå har jo mange bygget videre på hans tanker og videreutviklet teoriene, men vi mener det her passet best å ta utgangspunkt i hans tanker så direkte som mulig. Dermed kan det godt hende at vår tolkning ikke stemmer med alle andres, men sånn kan det jo alltid være. I forlengelsen av dette forholder vi oss til begrepene sosialisering, ressurser og kapital på samme måte. Vi har tolket materialet vårt i forhold til vår forståelse av disse begrepene og prøver å se hvordan de kan være

til hjelp for å forstå den bedringsprosessen informantene har gått gjennom. At vi velger å kalle dette en endring av livsform er også et valg vi har diskutert mye både med hverandre og andre, men foreløpig velger vi å beholde dette begrepet da vi ikke synes vi har funnet noen bedre beskrivelse på så store endringer som vi her skriver om.

7.0 Litteraturliste

Andrew og Vassenden (2007) *Snøballen som ikke ruller. Utvalgsproblemer i kvalitativ forskning*. Sosiologisk tidsskrift VOL. 15, 151-163.

Arner (1993) *Hva er alkoholmisbruk? En undersøkelse av nordmenns holdninger til spørsmål omkring alkoholmisbruk og alkoholisme*. SIFA rapport no. 1/93.

Becker (1963) *Outsiders* The Free Press. New York

Berger & Luckmann (2000) *Den samfunnsskapte virkelighet* Fagbokforlaget, Bergen

Biernacki (1986) *Pathways from Heroin Addiction. Recovery without Treatment*. Temple Univeristy Press. Philedelphia

Blomqvist (1990) *Inte bara behandling. Vager ut ur alkoholmissbruket*. Stockholm: Bjurner og Bruno.

Blomqvist (2001) *Att lagga sitt misbruk bakom sig – om spontanlakning og betydelse av behandling*. Nordisk Alkohol & Narkotikatidsskrift. Vol. 18 nr:2.

Blomqvist (2006) *Om rehabiliteringsforløpp utenfor vårdsystemet och deras relevans I riktlinjesammanhang*. Faktaunderlag til Nationella riktlinjer förr missbruks- och beroendevård. www.socialstyrelsen.se. Se side: 233-252.

Borg og Topor (2007) *Virksomme relasjoner - om bedringsprosesser ved alvorlige psykiske lidelser*. Kommuneforlaget. Oslo.

Bourdieu (1995) *Distinksjonen – en sosiologisk kritikk av dømmekraften* Pax Forlag. Oslo

Brill et. Al (1972) The Dynamics of De- addiction – a pilot studie. I: brill og Lieberman (eds.) *Major Modalities in the Treatment of Drug Abuse*, Behavioral Publications, New York.

Duckert m flere (2008) *Kvinner og alkohol*. Universitetsforlaget. Oslo

Fangen (2004) *Deltagende observasjon*. Fagbokforlaget. Oslo.

Fekjær (2009) *Rus- bruk, motiver, skader, behandling, forebygging, og historikk*. Gyldendal Forlag Oslo.

Giddens (1993) *Modernity and Self Identity. Self and Society in the Late Modern* Polity Press. Cambridge.

Helse og omsorgsdepartementet (2008) *Opptrappingsplanen for rusfeltet*. Rapport IS-1660. Helse og omsorgsdepartementet. Oslo.

Hoverak m flere (2007) *Det norske drikkemønsteret*. En studie basert på intervjudata fra 1973- 2004. Sirusrapport nr:2/2007. Statens institutt for rusmiddelforskning. Oslo.

Hubble, Miller og Duncan (1999) *The heart & soul of change. What work in therapy*. Washington D.C. American Psychological Association.

Kristiansen (2000) *Fri frå narkotika*. Bjuner og Bruno Vaxholm.

Kvale (2008) *Det kvalitative forskningsintervju*. Gyldendal akademiske. Oslo.

Mead (1934) *Mind, Self, & Society from the standpoint of Social Behaviorist* University of Chicago Press. Chicago

Marx (1992) *Arbeid- Kapital- Fremmedgjøring* Falken Forlag. Larvik

Mead (1981) *Selected Writings* University of Chicago Press. Chicago

Nordlund (2008) *What is alcohol abuse? Changes in Norwegians perceptions of drinking practices since tje 1960s*. Addiction Research and Theory. Februar 2008 16 (1): 85-94.

NOU: *Forskning på rusmiddelfeltet. En oppsummering av kunnskap om effekt av tiltak*. 2003:3.

Paulsen (1969) *Hva er alkoholmisbruk? En opinionsundersøkelse*. Norsk Tidsskrift for om Alkoholspørsmålet 21 8): 10-25

Pedersen (2007) *Bittersøtt*. Universitetsforlaget. Oslo.

Rusmidler i Norge 2008. Rusmiddelstatistikk. Statens Institutt for rusmiddelforskning:

Sandberg og Pedersen (2007) *Gatekapital*. Universitetsforlaget. Oslo

Skretting og Vedøy (2009) *Ungdom og rusmidler: resultater fra spørreundersøkelser 1968- 2008*. Sirius rapport nr: 5/2009.

Solbakken & Tungland (1997) *Narkomiljøet: økonomi, kultur og avhengighet* Gyldendal. Oslo

Thagaard (2009) *Systematikk og innlevelse* (2009). En innføring i kvalitativ metode. Fagbokforlaget, Bergen.

Topor (2001) *Återhemtning från svåre psykiske störningar*. Natur og Kultur. Stockholm.

Topor m. flere (2002) *Vendepunkter- Et nærstudie af vendepunkter for mennesker der er kommet sig efter alvorlig psykiske lidelser*. København: Videncenter for socialpsykiatri.

Topor (2006) *Hva hjelper? Veier til bedring fra alvorlige psykiske problemer*. Kommuneforlaget. Oslo.

Waldof (1983) *Natural recovery from Opiate addicrion: Some Social-psychological Process og Untreated Recovery*, Journal of Drug issues, VOL.13, Number 2.

Weber (1971) *Makt og byråkrati : essays om politikk og klasse, samfunnsforskning og verdier* Gyldendal. Oslo